

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE LOS ANDES**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**Tesis**

**Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de  
la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay - 2022**

Asesora:

Mg. Serrano Utani, Juana Regina

Autores:

Kari Navio, Liz Beatriz

Cosi Huamanhorcco, Marilú

Para optar el Título Profesional:

Licenciada en Enfermería

Abancay - Apurímac - Perú

2024



Universidad  
Tecnológica de los Andes

Transformando vidas

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

"Año del Bicentenario, de la Consolidación de Nuestra Independencia y de la  
Commemoración de las Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

**ACTA DE EXAMEN FINAL DE TITULACIÓN N° 004-2024-UTEA-FCS-EPE.**

Reunidos los Jurados constituidos por los señores Docentes de la Escuela Profesional de  
Enfermería:

**Presidente** : Dra. PAULINA FABIOLA ASCUE RAMÍREZ,  
**Dictaminante** : Mag. ROSA EVANGELINA LIZÁRRAGA VALER,  
**Replicante** : Mag. RUBÉN MARQUEZ TICONA.

El (la) postulante al **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

Don (ña): **Kari Navio, Liz Beatriz** con su título con las exigencias del Reglamento General  
de Grados Académicos y Títulos Profesionales de la Universidad Tecnológica de los Andes.

MODALIDAD: **SUSTENTACIÓN DE TESIS.**

**TITULADA: "HABITOS DE ESTUDIO Y PROCRASTINACION ACADÉMICA EN  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE LOS ANDES,  
ABANCAY 2022".**

Habiendo aprobado con la nota de: **DOCE (12)**

Se extiende el Acta a petición escrita del (a) interesado (a), conforme al Libro de Actas de  
Exámenes de Tesis que consta en folios N° 06.

Abancay, 27 de setiembre del año 2024

Dra. Paulina Fabiola Ascue Ramirez  
Presidente

Mag. Rosa Evangelina Lizarraga Valer  
Dictaminante

Mag. Rubén Marquez Ticona  
Replicante



Universidad  
Tecnológica de los Andes

Transformando vidas

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

"Año del Bicentenario, de la Consolidación de Nuestra Independencia y de la  
Commemoración de las Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

**ACTA DE EXAMEN FINAL DE TITULACIÓN N° 004-2024-UTEA-FCS-EPE.**

Reunidos los Jurados constituidos por los señores Docentes de la Escuela Profesional de  
Enfermería:

**Presidente** : Dra. PAULINA FABIOLA ASCUE RAMÍREZ,  
**Dictaminante** : Mag. ROSA EVANGELINA LIZÁRRAGA VALER,  
**Replicante** : Mag. RUBÉN MARQUEZ TICONA.

El (la) postulante al **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

Don (ña): **Cosi Huamanhorcco Machuca** cumplido con las exigencias del Reglamento  
General de Grados Académicos y Títulos Profesionales de la Universidad Tecnológica de los  
Andes.

MODALIDAD: **SUSTENTACIÓN DE TESIS.**

**TITULADA: "HABITOS DE ESTUDIO Y PROCRASTINACION ACADÉMICA EN  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE LOS ANDES,  
ABANCAY 2022".**

Habiendo aprobado con la nota de: **ONCE (11)**

Se extiende el Acta a petición escrita del (la) interesado (a), conforme al Libro de Actas de  
Exámenes de Tesis que consta en folios(s) N° **06**.

Abancay, 27 de setiembre del año 2024

Dra. Paulina Fabiola Ascue Ramirez  
Presidente

Mag. Rosa Evangelina Lizarraga Valer  
Dictaminante

Mag. Rubén Marquez Ticona  
Replicante

## “Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería de.pdf

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>20%</b>	<b>19%</b>	<b>5%</b>	<b>12%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>Submitted to Universidad Tecnologica de los Andes</b> Trabajo del estudiante	<b>6%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>6%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.uss.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>pirhua.udep.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad de San Martín de Porres</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>cybertesis.unmsm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>

## Metadatos

<b>Datos del autor</b>	
Apellidos y nombres	: Kari Navio, Liz Beatriz
Tipo de Documento de Identidad	: DNI
Número de Documento de Identidad	: 71294312
URL ORCID	:
Apellidos y nombres	: Cosi Huamanhorcco, Marilú
Tipo de Documento de Identidad	: DNI
Número de Documento de Identidad	: 75591670
URL ORCID	:
<b>Datos del asesor</b>	
Apellidos y nombres	: Mg. Serrano Utani, Juana Regina
Tipo de Documento de Identidad	: DNI
Número de Documento de Identidad	: 31036821
URL ORCID	: <a href="https://orcid.org/0000-0002-3670-3387">https://orcid.org/0000-0002-3670-3387</a>
<b>Datos de la investigación</b>	
Facultad	: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional	: Enfermería
Línea de Investigación	: Salud Pública
Rango de años en que se realizó la investigación	: marzo de 2022 - septiembre del 2023
Fuente de financiamiento	: Autofinanciado
Porcentaje de similitud	: 20%
URL de OCDE	: <a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/forde#3.03.03">https://purl.org/pe-repo/ocde/forde#3.03.03</a>

## **Dedicatoria**

Esta investigación la dedico a:

Dios ha sido mi guía en este camino, permitiéndome concluir mi carrera con éxito. Quiero agradecer a mi padre y, sobre todo, a mi querida madre, ya que sin ella no habría sido posible lograrlo. Siempre estuvieron a mi lado brindándome un apoyo incondicional, tanto moral como emocional, y agradezco también por sus consejos que me han ayudado a ser una mejor persona. A mis abuelitos, aunque no estén físicamente con nosotros, sé que desde el cielo me cuidan y guían para que todo salga bien. También agradezco a mis docentes, quienes siempre estuvieron presentes en mi formación académica.

Liz Beatriz Kari Navio

Esta investigación va dedicada a:

Dios ya que gracias a él logre finalizar la carrera; a mis padres, por su inmensa ayuda y sus innumerables consejos; a mis hermanos, por sus palabras y compañía; a mi papá David, aunque no esté físicamente conmigo sé que desde el cielo siempre me cuida y a todas aquellas personas, aunque de una u otra manera contribuyeron para el logro de mis objetivos.

Marilú Cosí Huamanhorcco

## **Agradecimientos**

Agradecemos principalmente a la “Universidad Tecnológica de los Andes” por brindarnos una excelente experiencia y permitirnos convertirnos en profesionales de aquello que nos apasiona. También extendemos nuestro agradecimiento a todos los docentes de los diferentes semestres académicos de la “Escuela Profesional de Enfermería”.

Agradecemos a la directora Mg. Juana Regina Serrano Utani, a nuestra asesora y evaluadora Mg. Rosa Lizárraga, y a Mg. Ceferina por su tiempo, apoyo y compromiso. También agradecemos a todos los “estudiantes de la Universidad Tecnológica de los Andes” de los semestres I, II, III y IV por brindarnos su apoyo en las encuestas para la elaboración de la tesis.

Agradezco a la vida por este logro, y a aquellos que nos ayudaron en este camino.

Liz Beatriz Kari Navio

Marilú Cosí Huamanhorcco

## Resumen

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes en Abancay durante el año 2022. El estudio se enmarca como básico, de nivel correlacional y diseño no experimental-transversal; se utilizó un enfoque deductivo. La población de estudio incluyó a 347 alumnos de la Escuela Profesional de Enfermería en los semestres I, II, III y IV de la Universidad Tecnológica de los Andes en Abancay, de los cuales se seleccionó una muestra de 183 alumnos. Para evaluar los hábitos de estudio se empleó el cuestionario CASM-85 y para medir la procrastinación se aplicó la escala EPA. Los resultados permiten afirmar que el 81.4% de los estudiantes eran mujeres y el 18.6% eran hombres. La mayoría (74.3%) tenía entre 17 y 20 años, y el 27.3% cursaba el segundo semestre, mientras que el 31.1% estaba en el tercer semestre. Se observó una alta prevalencia de hábitos de estudio poco adecuados (85.8%) y un nivel medio de procrastinación académica (77.0%) entre los estudiantes de enfermería. Conclusión el análisis inferencial mostró un coeficiente de correlación de 0.322, indicando una correlación positiva débil a moderada, con un valor de significancia (p-valor) menor a 0.05 (0.000), lo que sugiere una relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes en Abancay durante el año 2022.

**Palabras clave:** Procrastinación, académica, hábitos, evaluación, estudiantes.

## **Abstract**

The objective of the study was to determine the relationship between study habits and academic procrastination in nursing students of the Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay - 2022. Method: The type of study was basic, correlational and non-experimental-cross-sectional design. The method applied was deductive. The population consisted of 347 students of the professional school of Nursing of the I, II, III and IV academic semester of the Universidad Tecnológica de los Andes in the city of Abancay. A sample of 183 students was used. The study habits questionnaire was the CASM-85 and for procrastination the EPA scale was applied. The results obtained in this study show that 81.4% of the students are women and only 18.6% are men, the majority (74.3%) are between 17 and 20 years old, 27.3% are in their second semester, 31.1% in their third semester. In addition, a high prevalence of inadequate study habits (85.8%) and medium level academic procrastination (77.0%) was found among nursing students. Conclusion from the inferential analysis the correlation coefficient is 0.322, indicating a weak to moderate positive correlation and the significance value (p-value) is 0.000, less than 0.05. From which it is concluded that there is a significant relationship between study habits and academic procrastination in nursing students of the Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay - 2022.

**Key words:** Procrastination, academic, habits, evaluation, students.

## Índice

Portada.....	i
Acta de sustentación.....	ii
Reporte de similitud .....	iv
Metadatos .....	v
Dedicatoria .....	vi
Agradecimientos .....	vii
Resumen.....	viii
Abstract .....	ix
<b>I. Introducción.....</b>	<b>15</b>
<b>II. Planteamiento del problema .....</b>	<b>17</b>
2.1 Descripción y formulación del problema .....	17
2.2 Objetivos .....	20
2.2.1Objetivo General .....	20
2.2.2Objetivos Específicos .....	20
2.3 Justificación e importancia .....	21
2.4 Hipótesis.....	22
2.5 Variables.....	24
<b>III. Marco Teórico.....</b>	<b>26</b>
3.1 Antecedentes.....	26
3.2 Bases teóricas.....	31
3.3 Definición de términos .....	39

<b>IV. Metodología</b> .....	42
4.1 Tipo y nivel de investigación .....	42
4.2 Ámbito temporal y espacial .....	43
4.3 Población y muestra .....	43
4.4 Instrumentos .....	44
4.5 Procedimientos.....	46
4.6 Análisis de datos .....	46
4.7 Consideraciones éticas.....	46
<b>V. Resultados y discusión</b> .....	48
<b>VI. Conclusiones</b> .....	65
<b>VII. Recomendaciones</b> .....	67
<b>VIII. Referencias</b> .....	69
<b>IX. Anexos</b> .....	78

## Índice de tablas

<b>Tabla 01.</b> <i>Datos generales de los estudiantes de enfermería</i> .....	48
<b>Tabla 02.</b> <i>Hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería</i> .....	50
<b>Tabla 03.</b> <i>Procrastinación académica de los estudiantes de enfermería</i> .....	51
<b>Tabla 04.</b> <i>Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	52
<b>Tabla 05.</b> <i>Forma de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	53
<b>Tabla 06.</b> <i>Resolución de tareas y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	54
<b>Tabla 07.</b> <i>Preparación de exámenes y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	55
<b>Tabla 08.</b> <i>Atención en clases y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	56
<b>Tabla 09.</b> <i>Acompañamiento al estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	57
<b>Tabla 10.</b> <i>Prueba de normalidad</i> .....	60
<b>Tabla 11.</b> <i>Correlación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica</i> .....	61
<b>Tabla 12.</b> <i>Correlación entre la forma de estudio y la procrastinación académica</i> ..	61
<b>Tabla 13.</b> <i>Correlación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica</i> .....	62

<b>Tabla 14.</b> <i>Correlación entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica.....</i>	62
<b>Tabla 15.</b> Correlación entre la atención en clases y la procrastinación académica...	63
<b>Tabla 16.</b> <i>Correlación entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica.....</i>	63

## Índice figuras

<b>Figura 01.</b> <i>Datos generales de los estudiantes de enfermería</i> .....	48
<b>Figura 02.</b> <i>Hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería</i> .....	50
<b>Figura 03.</b> <i>Procrastinación académica de los estudiantes de enfermería</i> .....	51
<b>Figura 04.</b> <i>Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	52
<b>Figura 05.</b> <i>Forma de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	53
<b>Figura 06.</b> <i>Resolución de tareas y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	54
<b>Figura 07.</b> <i>Preparación de exámenes y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	55
<b>Figura 08.</b> <i>Atención en clases y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	56
<b>Figura 09.</b> <i>Acompañamiento al estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería</i> .....	57

## **I. Introducción**

Los hábitos de estudio son comportamientos adoptados por estudiantes de manera consistente para adquirir conocimientos y habilidades; estos hábitos incluyen la gestión del tiempo, el lugar y la forma de estudio, el enfoque y la concentración, así como la capacidad de autorregulación; un buen hábito de estudio implica la planificación y programación del tiempo de estudio, mantener un lugar de estudio organizado, concentrarse durante las sesiones de estudio y revisar regularmente el material aprendido.

Por otro lado, la procrastinación académica es la inclinación de postergar el quehacer escolar para el último momento posible; este hábito puede afectar negativamente la capacidad de los estudiantes para adquirir y asimilar conocimientos, su desempeño académico y su bienestar mental. Los efectos de la procrastinación académica pueden ser perjudiciales, ya que el retraso en la realización de tareas puede provocar estrés, agotamiento y, en situaciones extremas, el fracaso académico.

Es fundamental destacar que los hábitos de estudio posibilitan la tendencia a la procrastinación; el estudiante con un hábito de estudio adecuado, como la capacidad de gestionar su tiempo de manera efectiva y estudiar de manera regular y organizada, tienden a procrastinar menos; en contraste, los estudiantes con malos hábitos de estudio pueden encontrarse con dificultades para completar sus tareas a tiempo, lo que puede llevar a la procrastinación.

La relevancia de este estudio radica en que los hábitos de estudio y la procrastinación académica son aspectos determinantes para el éxito académico de los estudiantes. Comprender cómo se correlacionan estos dos factores puede ayudar a los maestros a implementar y diseñar medidas efectivas para mejorar los hábitos de estudio y reducir la procrastinación; además, este estudio puede ser beneficioso para los estudiantes, al proporcionarles una visión valiosa que les permita reflexionar sobre sus propios hábitos de estudio y estrategias para evitar la procrastinación. A nivel práctico, los resultados de este estudio pueden ser utilizados por la UTEA para implementar estrategias educativas que promuevan buenos hábitos de estudio y aborden la procrastinación. Esto podría ser una medida importante para mejorar los resultados académicos y el bienestar mental del estudiantado. A largo plazo, estos cambios podrían contribuir a formar profesionales más competentes y preparados para enfrentar los desafíos de su campo laboral.

## **II. Planteamiento del problema**

### **2.1 Descripción y formulación del problema**

En cuanto a los hábitos de estudio, son estrategias y métodos que muchos alumnos suelen utilizar para asimilar las enseñanzas. Se encontró que el 33% de los 46 alumnos aprobaron la prueba de hábitos de estudio, lo que indica que los aspectos medioambientales investigados no son adecuados en los procesos. El 41% señaló que los exámenes no estaban bien planificados, mientras que el 61% de los estudiantes evaluó positivamente el uso de los materiales; además, el 93% calificó la asimilación activa de contenido como un método efectivo para mantener resultados consistentes (1). Considerando que, la procrastinación académica se trata de la inclinación para aplazar la realización de tareas por propia voluntad; según los últimos datos, el 50% de los universitarios son procrastinadores, pero este problema es aún más común en la educación anglosajona donde puede alcanzar el 70% de universitarios y en Estados Unidos a un 80% de universitarios (2).

Con respecto a estudios internacionales y su comparación descriptiva y cuantitativa, el propósito es determinar la correspondencia entre las variables planteadas en términos de cómo los estudiantes realizan sus tareas y qué tan bien les va en los exámenes universitarios. Se tomó como referencia los primeros cuatro ciclos universitarios, dividiendo a los participantes en dos grupos, estudiantes presenciales y a distancia; de ellos, el 36% eran mujeres y el 64% hombres, con una edad promedio de 19.3 años; asimismo, se realizó un estudio en países anglosajones que reveló que del 80% al 95%

de los universitarios admitieron procrastinar en algún momento. Durante este tiempo, una proporción significativa del 75% pensó que estaban procrastinando, y el 50% de los estudiantes amplían periódicamente su participación. Varios estudios han demostrado que, entre los estudiantes con trastornos de mala adaptación asociados con la exposición, la incidencia de procrastinación está entre el 20% y el 90% (4). Del mismo modo, en Latinoamérica 65 % aplaza el 20% de sus actividades en un nivel crónico. En México se tuvo como resultado datos insuficientes, alguno de los esfuerzos más recientes se realizó en Turquía mostrando índices semejantes a un 83 % de los estudiantes procrastinadores (5).

De la misma forma, con estudios nacionales, en un estudio transversal se buscó determinar si el estrés académico está relacionado con los hábitos de estudio; las muestras incluyeron a estudiantes de la Facultad de Psicología de Lima. Los resultados demuestran que los promedios más altos en el campo de estudios se correlacionan con varios aspectos académicos: los hábitos de estudio con un 57%, las tareas con un 53.12%, los exámenes con un 49.55%, la asistencia a clases con un 57.27% y los momentos de estudio con un 53.12% (6).

Un estudio realizado en Arequipa con estudiantes universitarios de entre 16 y 31 años, tanto hombres como mujeres, reveló una correlación positiva entre el locus control y la procrastinación académica. El 67% mostró un nivel medio, el 22.5% un nivel bajo y el 10.5% un nivel alto (7); por otro lado, en un estudio transversal realizado con 112 estudiantes limeños, se emplearon la escala de procrastinación estudiantil de Salomón y una encuesta de estrés académico; el 66.7% mostró niveles promedio de procrastinación, y se observó que las personas más jóvenes tenían niveles más altos de procrastinación (8).

En cuanto a la UTEA, se observó un incremento en el hábito de procrastinación entre los estudiantes; esto se debe a que no están atentos a los trabajos, exámenes y tareas académicas asignados por los docentes de las diferentes asignaturas; además, tienden a posponer estas actividades, incluso cuando tienen la oportunidad de realizarlas en el momento. Este comportamiento se ve influenciado por múltiples factores en su rutina diaria, como actividades familiares y grupales que no contribuyen en absoluto a la realización de quehacer académico.

### **Problema General**

¿Cuál es la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?

### **Problemas específicos**

- ¿Cuál es la relación entre la forma de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la atención en clases y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?

- ¿Cuál es la relación entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022?

## **2.2 Objetivos**

### **2.2.1 Objetivo general**

Determinar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022

### **2.2.2 Objetivos específicos**

- Identificar la relación entre la forma de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Identificar la relación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Identificar la relación entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Identificar la relación entre la atención en clases y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Identificar la relación entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022

### 2.3 Justificación e importancia

- a) **Justificación social:** Este estudio se justifica socialmente por ser el medio para ampliar los conocimientos sobre los hábitos de estudio y la procrastinación en el estudiantado universitario. Además, beneficiará a los estudiantes universitarios al brindarles conciencia sobre la importancia del cumplimiento de los deberes académicos y entregar trabajos en la fecha indicada.
- b) **Justificación práctica:** El aporte práctico de este documento es brindar conocimiento sobre la procrastinación académica en el estudiantado de la institución mencionada. Ellos suelen posponer actividades que podrían realizar en ese mismo momento, lo que genera desinterés y desorganización, siendo contraproducente y posiblemente convirtiéndose en un hábito por sí mismo. Dado que esta es una problemática académica, es crucial que los estudiantes universitarios se tomen en serio la elaboración de sus actividades académicas.
- c) **Justificación metodológica:** El estudio presenta un aporte metodológico significativo, ya que estos estudiantes llevan un estilo de vida sin horarios determinados, lo que genera descompensaciones y dificultades para realizar sus actividades académicas a tiempo; asimismo, las autoridades universitarias propondrán estrategias que ayuden a los universitarios a superar esta situación, promoviendo una planificación adecuada para reducir el aplazamiento de sus actividades académicas.
- d) **Justificación teórica:** El aporte teórico del presente documento, radica en la recopilación de datos correspondientes a la universidad mencionada, con el apoyo de estudiantes universitarios que brindaron conocimiento sobre sus hábitos de estudio; también se enfoca en la frecuente problemática de la procrastinación académica.

## **2.4 Hipótesis**

### **Hipótesis General**

Existe relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022

### **Hipótesis Específicas**

- Existe relación significativa entre la forma de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Existe relación significativa entre la resolución de tareas y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Existe relación significativa entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Existe relación significativa entre la atención en clases y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022
- Existe relación significativa entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022

### **Viabilidad de la investigación**

Es viable, debido a que posee los recursos humanos, materiales y financieros para un desarrollo necesario:

- Recursos Humanos: Investigadoras y asesoras
- Recurso Material: Laptop, lapiceros, cuaderno, hojas, impresora, libros de investigación.
- Recurso Financieros: Financiado íntegramente por las investigadoras.

### **Limitaciones de la investigación**

Una limitante para el estudio fue el tiempo, ya que los estudiantes no disponían de suficiente tiempo para realizar las encuestas debido a sus horarios universitarios. Como alternativa, se propuso realizar una encuesta virtual o, en su defecto, abordar una encuesta presencial llegando a un acuerdo con el docente.

Otra limitante fue la predisposición de los estudiantes, ya que no deseaban participar en la encuesta debido a la saturación de exámenes y trabajos pendientes; sin embargo, se dialogó con los docentes para encontrar un tiempo adecuado que no afectará ni a los alumnos ni a sus estudios.

## 2.5 Variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
<p><b>Hábitos de estudio</b> Se trata de un conjunto de comportamientos que el estudiante realiza de forma automática y autónoma, lo que facilita un aprendizaje más profundo y significativo. (51)</p>	<p><b>Dimensión 1:</b> Forma de estudio La primera dimensión se refiere al método de estudio, que se centra en la estrategia utilizada durante el proceso de aprendizaje y cómo se logra retener la información (26).</p>	<p>1.1 Subrayado como técnica de estudio 1.2 Comprensión de lectura</p>	<p>1,2,3,4,5, 6,7,8,9,10, 11,12</p>	<p>Ordinal</p> <hr/>
	<p><b>Dimensión 2:</b> Resolución de tareas La segunda dimensión se relaciona con la ejecución de tareas, incluyendo las actitudes y acciones realizadas en casa para cumplir con las actividades académicas (26).</p>	<p>2.1 Expresar ideas con sus propias palabras 2.2 Establecer una hora para hacer la tarea</p>	<p>13,14,15,16, 17,18,19,20, 21,22</p>	<p>Adecuado Poco adecuado Inadecuado</p>
	<p><b>Dimensión 3:</b> Preparación de exámenes La tercera dimensión se enfoca en la preparación para exámenes, que implica la gestión del tiempo, la obtención de recursos y la adquisición de información esencial para planificar y enfrentar los exámenes de manera efectiva (26).</p>	<p>3.1 Estrategias de estudio 3.2 Cómo utilizar el tiempo adecuado</p>	<p>23,24,25,26, 26,27,28,29, 30,31,32,33</p>	
	<p><b>Dimensión 4:</b> Atención en clases La cuarta dimensión se refiere a la manera de escuchar durante las clases, lo que implica las acciones relacionadas con el registro y la organización de la información impartida en el aula, es decir, tomar notas y estructurar la información recibida durante las clases (26).</p>	<p>4.1 Toma apuntes de las partes más importantes 4.2 Durante las clases toma atención sin dificultad</p>	<p>34,34,35,36, 37,38,39,40, 41,42,43,44, 45,46</p>	

	<p><b>Dimensión 5:</b> La dimensión final se centra en el apoyo al estudio, que comprende los factores externos que impactan en el proceso de aprendizaje (26).</p>	<p>5.1 Requiere de algún objeto (audífonos, MP3) 5.2 Interrupciones del entorno donde se encuentra</p>	<p>47,48,49,50, 51,52,53,54, 55</p>	
<p><b>Procrastinación académica</b> Distinguida por posponer hasta el último segundo el cumplimiento de las actividades escolares, lo que desencadena en un defectuoso desempeño académico. (52)</p>	<p><b>Dimensión 1:</b> Cognitiva Toda persona procrastinadora pasa por un proceso de información errónea, este es un proceso mediante el cual el ser humano va adquiriendo conocimientos a través del aprendizaje y la experiencia.</p>	<p>1.1 Cuando tienen problemas para entender algo, inmediatamente buscan ayuda. 1.2 Programan los trabajos asignados.</p>	<p>1,2,3,4,5, 6,7,8,9,10, 11,12</p>	<p>Ordinal</p> <hr/> <p>Bajo Medio Alto</p>
	<p><b>Dimensión 2:</b> Afectiva Propone que la motivación es un rasgo con el que se realiza actividades para conseguir el éxito, por lo tanto, la persona puede elegir entre conseguir o el temor al fracaso, asimismo, la primera opción refiere un logro por motivación y la segunda un logro motivado que se valora como negativa y por ende se va a evitar.</p>	<p>2.1 Tratan de completar rápidamente la tarea. 2.2 Postergan tareas de las asignaturas que les disgustan. 2.3 Postergan lecturas de los cursos que disgustan. 2.4 Intentan mejorar sus hábitos de estudio.</p>		
	<p><b>Dimensión 3:</b> Conductual Se refiere que las personas que procrastinan porque sus comportamientos de relegación han sido debidamente retroalimentados y han tenido éxito, de esta manera nuestros comportamientos son el resultado de como interaccionamos con el medio ambiente, es por ello que continuamos con este tipo de acciones.</p>	<p>3.1 Hacen la tarea, normalmente dejándola para último minuto. 3.2 Se preparan anticipadamente para los exámenes. 3.3 Leen las lecturas una noche anterior. 3.4 Asisten regularmente a clases.</p>		

### III. Marco teórico

#### 3.1 Antecedentes

##### A nivel internacional

**Córdova et al. en el año 2021** “Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia”. **Objetivo:** Examinar los factores que causan la procrastinación académica en la modalidad virtual entre los estudiantes del bachillerato en una ciudad ecuatoriana. Es una investigación cuantitativa, no experimental, transversal y no probabilística; además, cuenta con un diseño descriptivo, correlacional y analítico. **Resultados:** La mayoría de los participantes son hombres, tienen entre 14 y 17 años y muestran altos niveles de procrastinación, influenciados por el uso de distracciones. La edad es un factor clave en la interacción educativa, ya que a medida que los adolescentes crecen en edad, también aumenta su nivel de postergación de actividades académicas. **Conclusión:** Los índices de procrastinación académica están estadísticamente vinculados con la utilización excesiva de redes sociales y nuevas tecnologías, convirtiéndose en factores de riesgo debido a la exposición prolongada durante el confinamiento (9).

**Gómez en el año 2021** “Frecuencia y causas de la procrastinación académica en estudiantes de BGU de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Oscar Arnulfo Romero, ubicada en la ciudad de Joya de los Sachas, en el periodo lectivo 2021-2021.”

**Objetivo:** Realizar una identificación exhaustiva de las frecuencias y causas de la procrastinación. **Resultados:** Las aproximaciones resultantes mostraron que, en

cuanto a la frecuencia, el 84,5% de la población presenta al menos un nivel medio-bajo de procrastinación, el 49,2% perciben al menos un nivel medio-alto de procrastinación como un problema, y el 70% de los estudiantes tiene un alto interés en disminuir la procrastinación. En cuanto a las causas por las que los estudiantes procrastinan más, se destacan la ansiedad por la evaluación, el afán de ser perfeccionista y no ser asertivos; mientras que las razones por las que procrastinan menos son la influencia de sus compañeros, la disposición a tomar riesgos y la rebeldía contra el control. (10)

**Zarate et al. en el año 2018** “Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de salud”. **Objetivo:** Establecer la correspondencia entre ambas variables. **Resultado:** Se observaron hábitos de estudio mínimos y una alta propensión al estrés académico. Además, se encontró que el 81,04% experimenta estrés, mientras que el 36,82% tiene hábitos de estudio establecidos. Respecto a las dimensiones del CAM-85 sobre ¿Cómo hago las tareas?, un 24,25% tiene hábitos positivos, y para la preparación para los exámenes, el 44,18% también practica hábitos positivos (11).

**Cortez en el año 2017** “Influencia de hábitos de estudio en el rendimiento académico en estudiantes de V semestre de contaduría pública de la UPTC seccional Chiquinquirá periodos académicos 2015-2016”. **Objetivo:** establecer la influencia de los hábitos de estudio en la productividad académica en los estudiantes de esta universidad. La población del estudio consistió en 35 estudiantes de Contaduría Pública. Para medir la variable de hábitos de estudio (HE), se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio (IHE) diseñado por Francisco Fernández Pozar. **Los resultados:** son datos relacionados con el desempeño académico fueron recopilados de fuentes secundarias, como el promedio aritmético semestral. Los hallazgos del trabajo respaldaron de forma

estadística la asociación entre ambas variables, mostrando una correlación de nivel moderado entre ambas variables (12).

**Rodríguez y Clariana en el año 2017** “Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico”. **Objetivo:** Determinar si la procrastinación académica tiene una disminución con el paso del tiempo considerando múltiples aspectos. **Resultados:** La investigación reveló que el nivel de procrastinación entre los estudiantes universitarios no está vinculado al curso académico que están cursando, ni existe una interacción significativa entre la edad en este nivel educativo y las variables de curso. Sin embargo, se observó que los alumnos que cuentan con menos de 25 años procrastinan más que los mayores (13).

#### **A nivel nacional**

**Huamaní y Llaguento en el año 2022** “Procrastinación académica en estudiantes de medicina de una universidad privada de Lambayeque, ciclo académico 2021-II”. **Objetivo:** Determinar el nivel de procrastinación académica en el alumnado. **Resultados:** El 53,6% presentaron procrastinación de nivel medio y el 10,5% en un nivel alto; el 42,5% cuentan con un nivel alto de autorregulación académica y el 43,1% con un nivel medio de postergación académica, la procrastinación en los varones fue de 70% y en el sexo femenino el 58,2%. **Conclusión:** El estudiantado evaluado presentó un nivel medio de procrastinación académica, con altos niveles de autorregulación y una postergación académica de nivel medio. Además, se observó que la edad, procedencia, ciclo de estudios y horas de estudio estaban relacionados con la procrastinación académica en este grupo, aunque no se encontró ninguna relación con el sexo (14).

**Silva en el año 2020** “Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad de Piura, 2020”. **Objetivo:** “Determinar la relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad de Piura, 2020.”. **Resultados:** se determinó una correspondencia significativa baja entre las variables estudiadas.

**Conclusiones:** entonces, se llega a la conclusión de la correspondencia entre ambas variables (15).

**Chanamé en el año 2020** “Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de una universidad privada de la ciudad de Chiclayo, 2019”. **Objetivo:** Establecer correspondencia entre las variables planteadas. **Resultados:** Se observa correspondencia entre ambas variables, las dimensiones de correspondencia inversa fueron la autorregulación y el aplazamiento de actividades. La procrastinación académica predomina en un nivel medio, mientras que los hábitos de estudio son positivos en su mayoría. **Conclusión:** Los hábitos de estudio están bien establecidos y, además, la procrastinación académica es mínima (16).

**Coronado en el año 2020** “Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de quinto grado de secundaria en una institución educativa de Chiclayo 2018”. **Objetivo:** Realizar un análisis de la correspondencia entre ambas variables. **Resultados:** Las aproximaciones resultantes sugieren una relación significativa entre ambas variables estudiadas, de lo que se puede concluir que una persona que procrastina cuenta con hábitos inadecuados al abordar tareas académicas. **Conclusión:** Al mejorar los hábitos del alumnado, se puede reducir significativamente la tendencia a procrastinar en los estudiantes. Esto respalda la hipótesis propuesta y confirma la correspondencia entre las variables estudiadas (17).

**Córdoba y Alarcón en el año 2019** “Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte” **Objetivo:** establecer la correspondencia entre las variables. **Resultados:** No se demostró significancia estadística entre las variables ( $p=0.7$ ). Sin embargo, se observó una relación entre la manera de estudiar ( $p=0.05$ ) y la resolución de tareas ( $p=0.05$ ) en relación con el sexo; además, se identificó una relación entre la preparación de exámenes y la tendencia a postergar actividades dentro de la procrastinación académica ( $p=0.04$ ). También se encontró una relación entre la forma de escuchar y la autorregulación académica ( $p=0.05$ ), así como la postergación de actividades dentro de la procrastinación académica ( $p=0.01$ ). **Conclusiones:** Los estudiantes postergan las actividades académicas; los factores de la autorregulación pueden relacionarse a la postergación de actividades; por lo que, los universitarios requieren incorporar un método de estudio adecuado y productivo. (18)

#### **A nivel regional y local**

**Tapia en el año 2022** “Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del Colegio América, Abancay, 2021”. **Objetivo:** Determinar la correspondencia entre las variables. **Resultados:** Respecto a los hábitos de estudio, se observó que el 62.5% del estudiantado exhiben una tendencia negativa, mientras que el 77.5% mostró un nivel medio de procrastinación académica. Además, existe correspondencia significativa entre las variables ( $r = 0.047$ ;  $p: 0.037$ ). Se encontró que el 62.5% del estudiantado utiliza diversas estrategias de estudio, completan tareas, se preparan para exámenes, prestan atención en clase y reciben apoyo durante el estudio, todo ello con una propensión negativa. En relación a las dimensiones de la procrastinación académica, el 77.5% tienen una autorregulación académica media, y el mismo porcentaje muestra un nivel medio en la dimensión de

postergación de actividades. **Conclusión:** Existe relación significativa entre hábitos de estudio y la procrastinación académica. (19)

## **3.2 Bases teóricas**

### **3.2.1 Hábitos de estudio**

Son prácticas que implican una conducta constante y dedicada por parte del estudiante para comprender, aprender y aplicar nuevos conocimientos. Entre las prácticas más esenciales se encuentran: gestionar el tiempo de estudio de manera efectiva, elegir fuentes de información adecuadas, planificar el trabajo de forma eficiente, eliminar distracciones, y dominar técnicas de relajación, concentración y atención (20).

Los hábitos de estudio son conductas adquiridas a lo largo del tiempo, desarrolladas durante el proceso de aprendizaje, que se vuelven automáticas con la práctica continua. Estos hábitos se van fortaleciendo y adaptando según las exigencias y desafíos del curso, convirtiéndose en respuestas reflexivas y eficientes (21).

En contraste, se caracteriza como una rutina que se adquiere gradualmente a través de la repetición de una actividad. Esto significa que se desarrolla mediante la práctica constante o puede ser algo innato que se desarrolla con el transcurso del tiempo (22).

Además, se menciona que el hábito de estudio es una inclinación hacia la conducta académica que los estudiantes suelen emplear para asimilar nuevos conocimientos. Este hábito se consolida por medio de la experiencia, arraigándose en la persona y volviéndose una acción automática (23).

Es la conjunción de conductas adquiridas que el estudiante efectúa de forma independiente y automática, para incorporarse saberes nuevos o ya aprendidos, puede ser buenos o malos respectivamente en sus resultados y que de esta manera le permita aprender significativamente. (24)

Vicuña (25) refiere cinco aspectos clave para el éxito de estos hábitos, la manera de estudiar, el manejo de las tareas, las preparaciones para evaluaciones, el nivel de atención en clase y el apoyo durante el estudio, cada uno de los cuales se detalla y define por separado.

### **3.2.1.1 Forma de estudio**

La primera se refiere al método de estudio, el cual aborda el procedimiento utilizado al estudiar y la manera en que se retiene la información(26). Los organizadores visuales son herramientas que los estudiantes utilizan para presentar la información de manera estructurada. Estos instrumentos facilitan el aprendizaje significativo y pueden incluir mapas mentales, mapas conceptuales, entre otros. Por otro lado, Vicuña (25) establece como indicadores para medir esta dimensión: cuando se registra información en clase, ordena la información, pregunta en clase y se distrae fácilmente.

Existen diversos métodos o formas de estudio, los más usados son con libros de lectura rápida, subrayar las ideas principales, entre otros. Para que el educando mejore su rendimiento debe estudiar con eficiencia, entendiéndose el término como adquirir el máximo de conocimientos con el menor esfuerzo, ello implica un análisis del tiempo, en educación superior depende de la autoeducación y del esfuerzo personal manteniéndose esto durante varios años si se desarrollan hábitos regulares (27).

### **3.2.1.2 Resolución de tareas**

La segunda se refiere a la realización de tareas relacionadas con las actitudes y acciones que se llevan a cabo en casa para cumplir con las responsabilidades académicas (26). En otras palabras, Vicuña menciona como indicadores en esta dimensión si el estudiante elabora resúmenes, responde sin entender, prioriza el orden y la presentación, solicita ayuda a otros, organiza su tiempo y clasifica sus tareas (25).

En múltiples ocasiones los estudiantes no llegan a organizarse respecto a la totalidad de deberes que tienen, el tiempo no debe controlar al estudiante, es el estudiante quien debería contar con el tiempo ocupado y diseñar un horario personal en el cual el estudiante coloca el tiempo que le dedicará a cada asignatura, pero es necesario respetar los horarios que se establecen (28).

### **3.2.1.3 Preparación de exámenes**

La tercera es la preparación de exámenes; la cual consiste en la organización del tiempo, recursos e información necesaria para la planificación y rendición de exámenes (26). Para Vicuña en esta dimensión se consideran indicadores como estudiar al último momento, copiar del compañero, olvida lo que estudia (25).

En esta dimensión el estudiante debe considerar los exámenes como actividades que tienen el propósito de establecer cómo se encuentra el alumno en el aprendizaje. Muchas veces con respecto a este tema, se comete el error de estudiar en las vísperas del examen (28).

### **3.2.1.4 Atención en clases**

La cuarta se refiere a la manera de atender en clase, lo cual incluye las acciones relacionadas con registrar la información durante la lección, como tomar y organizar los apuntes dictados. También abarca la identificación de las distracciones que enfrentan los estudiantes mientras escuchan la clase (26).

Para Vicuña son indicadores el conocimiento del registro de datos en clase, ordena esta información, pregunta en clase, se distrae fácilmente (25). Para López desarrollar la capacidad de escuchar implica que el docente se prepara para lograr mantener a los estudiantes alertas y atentos desde el comienzo y que sepan escuchar comprensivamente (29).

Ella implica una acción meditativa que favorece el crecimiento intelectual y espiritual, este indicador permite conocer las acciones que realiza el universitario durante las clases como: tomar apuntes, subrayar lecturas, pensar soñando despierto, conversar con amigos, estar más atento a las bromas de los amigos que a la clase, pensar lo que hará a la salida de clases, solicitar al profesor la definición de una palabra que no se conoce, ordenar los apuntes al terminar la clase (28).

### **3.2.1.5 Acompañamiento al estudio**

La quinta dimensión aborda el apoyo durante el estudio, representando los factores externos que afectan el proceso de aprendizaje (26). Según Vicuña indica que: “Existe interrupción en clase y casa, requiere de tranquilidad en clase y en su casa, consume alimentos cuando estudia”. La concentración desempeña un papel crucial en esta área, ya que cada estudiante debe mantenerla durante el estudio sin distraerse (25). Según López, la concentración implica la capacidad de enfocarse y es un proceso que se fortalece con la práctica voluntaria (29).

Dado lo mencionado, los hábitos de estudio abarcan cinco aspectos fundamentales que cualquier estudiante, sea de nivel universitario o escolar, debe considerar al ajustar sus métodos y estrategias de aprendizaje. Primero se encuentra el método de estudio, que viene a ser la manera o el camino por donde te diriges para conseguir el objetivo, luego los hábitos que utilizas en la resolución de las tareas escolares y preparación de exámenes; además de buscar técnicas y métodos específicos para el momento de escuchar la clase. Todo esto va acompañado de los elementos que influyen en el momento de estudiar, ya sea la música, los amigos, la familia entre otros (30).

### 3.2.1.6 Elementos que se deben tomar en cuenta para el estudio

- a) **La planificación.** La clave inicial es establecer una planificación del tiempo dedicado al estudio. Evitar postergaciones y cultivar una rutina diaria de estudio es esencial. La organización diaria a una hora específica genera un hábito que optimiza el tiempo de estudio. El enfoque debe ir más allá de estudiar solo para aprobar exámenes; se trata de adquirir conocimientos que enriquezcan en todos los ámbitos (28).
- b) **El lugar de estudio.** Es fundamental tener un lugar específico para estudiar, estableciendo un entorno que el estudiante sienta como suyo. Este lugar debe ser cómodo, ordenado y sereno para promover la concentración (28).
- c) **El hábito de la lectura.** Los años iniciales de la educación son críticos, ya que en este periodo se establecen los cimientos para los hábitos de estudio que se desarrollarán más adelante (28).
- d) **Organizar el tiempo.** Cada estudiante tiene un ritmo de aprendizaje único. Por tanto, es crucial conocerse a uno mismo en primer lugar. Una planificación del tiempo adaptada a nuestras capacidades individuales nos permitirá alcanzar un rendimiento satisfactorio (28).
- e) **Organizar el espacio.** En un espacio destinado al estudio, idealmente exclusivo, se debe asegurar que esté libre de olores desagradables, bien ventilado y aireado, con una temperatura adecuada y sin interrupciones como ruidos molestos, televisión, juegos de hermanos u otras distracciones (28).
- f) **Normas para aprovechar el tiempo.** La capacidad de atención y concentración resulta crucial para sacar el máximo provecho de las horas de estudio y comprender las lecciones impartidas por el profesor. Para muchos, esto representa un desafío

significativo. La habilidad de mantener la atención y centrarse en el estudio es esencial (28).

### **3.2.1.7 Buenas prácticas de estudio**

a) La lectura es el hábito más relevante en el estudio, ya que es el primer paso y la forma principal de conectar con un tema, considerando el uso de medios audiovisuales que puedan ayudar en dicha función.

En general, se puede describir la lectura como un proceso que implica identificar palabras, comprender ideas, comparar el punto de vista del autor con nuestra propia perspectiva y evaluar lo que se ha leído. Las últimas dos etapas se relacionan principalmente con lo que se conoce como lectura crítica; en el contexto universitario, este tipo de lectura adquiere un valor especial para lograr un aprendizaje significativo, ya que implica conectar lo que ya sabemos (conocimientos previos) con la nueva información que se nos presenta (28).

b) Subrayar, hacer anotaciones al margen y resaltar textos son técnicas que facilitan identificar los aspectos clave de la información mientras se lee, lo que luego permite sintetizarla y estructurarla de manera más efectiva (28).

c) La lectura veloz proporciona una visión panorámica del contenido, enfocándose en comprender el texto en su conjunto sin detenerse en detalles particulares (28).

d) Al leer párrafo por párrafo, es esencial identificar y resaltar las palabras clave que forman las ideas principales y las ideas secundarias, así como los detalles más relevantes. Antes de subrayar, es importante comprender completamente el contenido del párrafo o de la página (28).

### **3.2.2 Procrastinación Académica**

Se refiere al aplazamiento de actividades que se perciben como abrumadoras, desafiantes, inquietantes, peligrosas, difíciles, tediosas o aburridas. Este

comportamiento implica posponer voluntariamente la ejecución de estas actividades, pero no alcanzan el máximo potencial. (31)

Este aspecto en estudiantes universitarios cuenta con un resultado dañino más con el sexo femenino, y esto a la larga puede ocasionar problemas de tiempo emocional, social y ansiedad ante los exámenes y baja autorregulación. (32)

Por otro lado, se indica que la procrastinación es prorrogar una actividad a pesar de tener la oportunidad de poder llevarlas a cabo, puede afectar acciones, conductas, o la toma de decisiones, por ello la procrastinación busca dar precedencia temporal sobre una recompensa más grande. (33)

Una de las definiciones más destacadas indica que la procrastinación implica posponer una tarea sin una razón justificada. Además, se ha convertido en un fenómeno común donde todos hemos pospuesto alguna vez una tarea importante en nuestras vidas. Esta definición aborda la evaluación y el acto de procrastinar (34).

Sobre la procrastinación académica se indaga que es la capacidad de auto control en la procrastinación académica, cuando hablamos de procrastinar hablamos de esa actitud que tomamos consiente e inconscientemente de aplazar ciertas tareas a pesar de que estas pueden ser provechosos para nosotros, este problema se encuentra en estudiantes y tiene el potencial de influir en sus hábitos de estudio (35)

### **3.2.2.1 Cognitiva**

Toda persona procrastinadora pasa por un proceso de información errónea, este es un proceso mediante el cual el ser humano va adquiriendo conocimientos a través del aprendizaje y la experiencia, en ella influyen diversos factores desadaptativos relacionados con el miedo a la exclusión social y la sensación de incompetencia, donde los procrastinadores se enfocan principalmente en su forma de actuar. (36)

La procrastinación es un proceso de averiguación que conlleva a esquemas disfuncionales que están referidas con la inutilidad y el miedo a la exclusión de sus pares. Motivando que los procrastinadores sean considerados en base a su comportamiento y perciban un entendimiento obsesivo cuando estén cerca de una presentación o no puedan realizar una tarea fortaleciendo de esta manera sus pensamientos de autoeficacia. (37)

La definición cognitiva está basada en cómo los seres humanos interactúan en sus actitudes, pensamientos, creencias acerca de sí mismos y también de las interpretaciones que tienen del mundo. Se concentran en actividades mentales donde dirigen una respuesta y reconocen los procesos de planificación mental, aquí es donde se resalta el protagonismo principal de los procesos cognitivos. (38)

### **3.2.2.2 Afectiva**

Propone que la motivación es un rasgo con el que se realiza actividades para conseguir el éxito, por lo tanto, la persona puede elegir entre conseguir o el temor al fracaso, asimismo, la primera opción refiere un logro por motivación y la segunda un logro motivado que se valora como negativa y por ende se va a evitar. Cuando el anhelo es superado por el miedo al fracaso las personas eligen realizar actividades y así percibir el éxito garantizado. (39)

Es una característica que se puede cambiar, donde la motivación es una pieza fundamental en la vida donde el ser humano expone conductas que estén relacionadas al logro de un éxito. Es decir, no lleva a buscar activamente recurso que nos ayude a garantizar nuestra subsistencia. (40)

Propone un patrón de comportamiento constante, donde la persona adopta acciones dirigidas a lograr el éxito en diversas situaciones. Esto implica que el individuo puede

optar por la esperanza de éxito o el temor al fracaso; cuando el miedo al fracaso supera la posibilidad de éxito, las personas tienden a elegir actividades en las que se sientan seguras de tener éxito. (41).

### 3.2.2.3 Conductual

Una conducta no se desvanece debido a que es reforzada en efecto se mantiene en un mismo estado por sus efectos. En este sentido la conducta está relacionada a la modalidad que tiene una persona para comportarse en diversos ámbitos de su vida. Asimismo, poseen consecuencias acogedoras a causa de varios elementos del ambiente que permitieron seguir con esta forma de actuar. (42)

Asimismo, se refiere que las personas que procrastinan porque sus comportamientos de relegación han sido debidamente retroalimentados y han tenido éxito, de esta manera nuestros comportamientos son el resultado de como interaccionamos con el medio ambiente, es por ello que continuamos con este tipo de acciones. (43)

La procrastinación para los teóricos conductistas son cuando las personas que han sido compensadas por procrastinar proseguirá realizando dicha acción, mientras que aquellos que no presentan una historia de premios por tales conductas la dejarán con este enfoque el aprendizaje es un cambio en la conducta, esta es la forma de como una persona va a responder ante una situación muy particular. (44)

## 3.3 Definición de términos

- **Actitudes:** Acción que conduce a un determinado comportamiento es el cumplimiento de una intención o meta.
- **Ansiedad:** También se describe la ansiedad como una respuesta de emergencia adaptativa a representar o ser interpretado por el sujeto como una amenaza a su integridad. (48)

- **Aprendizaje:** Se define como objeto evento o situación o atributo con atributo de criterio común indicado por un signo o símbolo.
- **Conducta:** Acción que un individuo ejecuta o relación que se establece entre elementos de una asociación, todo lo que un ser humano hace, piensa y siente a través de esto la persona se relaciona con los demás e influye en ellos. (45)
- **Ecuánime:** Se refiere a la imparcialidad del juicio ya la igualdad y permanencia del pensamiento
- **Eficacia:** La eficiencia es un área dada es equivalente a mejorar la calidad y la velocidad, la empresa implementa la mejora de la calidad.
- **Éxito:** Tiene que ver con la victoria o logro de algo que nos proponemos además de ser reconocidos por nuestro mérito.
- **Fracaso:** el fracaso se determina generalmente como el incumplimiento de los niveles terminales mínimos especificados para cada escuela para tema o área. (49)
- **Habilidades:** Se entiende por la competencia de la capacidad que tiene una persona para realizar una determinada tarea o actividad de forma correcta o sencilla.
- **Método:** El uso de método o métodos es el sentido de técnica o técnicas ha sido y es endémico en las disciplinas más orientada a la investigación empírica, que están más frecuentes en contacto con instrumentos operativos. (46)
- **Motivacional:** Es algo que ayuda a cualquier individuo a mantenerse en acción para lograr procesos necesarios relacionados para lograr un logro, una meta o satisfacer una necesidad específica.

- **Recursos financieros:** Los estados financieros siempre se refieren a activos económicos, activos tangibles e intangibles que tienen valor económico, y, por lo tanto, pueden valorarse en términos monetarios. (47)

## **IV. Metodología**

### **4.1 Tipo y nivel de investigación**

#### **Tipo de investigación**

El estudio es básico, por consiguiente, va a servir de teoría para otros estudios, se caracteriza porque permanece en un marco teórico, la finalidad es incrementar el saber científico (50).

#### **Nivel de investigación**

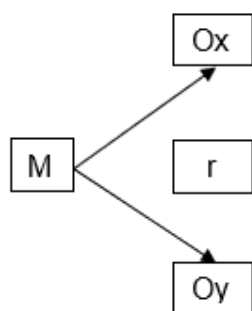
Es un estudio correlacional, debido a que pretende la agrupación para esta variable, asimismo, intenta de descubrir cómo cambiar una variable al hacerlo la otra (50).

#### **Método**

El método es el deductivo, se basa en encontrar datos desconocidos como también datos ya conocidos, es decir los datos que ya se consideran verdaderas de forma general de esta manera se pueden deducir los datos particulares o específicos (50).

#### **Diseño de investigación**

Es un estudio no experimental-transversal este diseño se basa en categorías, sucesos, donde las variables de estudio no se manipulan, es decir, sin que el investigador cambie ninguna situación sobre el objeto de investigación (50).



Donde:

- M: muestra
- Ox: Variable 1
- Oy: Variable 2
- r: relación entre variables

## 4.2 Ámbito temporal y espacial

### Espacial

El estudio se realizó en la Universidad Tecnológica de los Andes - UTEA, que se ubica en el departamento de Apurímac, provincia de Abancay.

### Temporal

El estudio fue realizado en el periodo marzo a diciembre del año 2022 y mayo a octubre del 2023.

### Social

El estudio fue realizado en estudiantes de enfermería de la UTEA, específicamente en estudiantes del I, II, III y VI semestre del año académico 2022.

### Conceptual

El campo de investigación es Ciencias de la Salud, el área de estudio es Enfermería y la línea de investigación es Salud Pública.

## 4.3 Población y muestra

**Población.** La población se conformó por 347 alumnos de la escuela profesional de Enfermería del I, II, III y IV semestre académico de la Universidad Tecnológica de los

Andes en la ciudad de Abancay. La población es un grupo de infinito o finito, se conoce como infinito cuando no tenemos una cantidad exacta de una población y finito se denomina a una población con una cantidad exacta de sujetos (50)

**Muestra.** La muestra se constituyó por 183 alumnos de la carrera de Enfermería del I, II, III y IV semestre académico de la UTEA en la ciudad de Abancay.

**Muestreo.** El muestreo aplicado fue probabilístico simple, calculado mediante una fórmula estadística con un nivel de confianza del 95%.

$$n = \frac{Z^2 * p * q * N}{e^2 * (N) + Z * p * q}$$

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * 0.5 * 347}{0.05^2 * (347 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

Donde:

- Z = Nivel de confianza al 95% (1.96)
- p = Proporción de referencia
- q = Proporción esperada
- e = Error =0.05
- N = Población total= 347

Muestra: 183 alumnos

#### 4.4 Instrumentos

La técnica que se utilizó es la encuesta, es un instrumento que sobrepone los estudios de investigación tanto experimentales como para los no experimentales, sin cambiar el entorno donde se recopila la información (51).

Para la variable hábitos de estudio se empleó un instrumento. El cuestionario de hábitos de estudio CASM-85, se inventó en 1985 por Luis Vicuña Peri, el formulario

tiene una duración de 15min, y una codificación tipo Likert: siempre (1), nunca (2). La escala de medición es ordinal, el instrumento está compuesta por 55 ítems, están clasificados en cinco modos de hábitos de estudio donde se detalla a continuación: ¿Cómo estudia usted?, ¿Cómo hace sus tareas?, ¿cómo prepara sus exámenes?, ¿Cómo escucha sus clases?, ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?, la validez del instrumento de hábitos de estudio siendo estadísticamente elocuente, de tal manera el índice de varianza explicada es del 63.97%. Por otro lado, la confiabilidad fue verificada por el método de mitades, en cuanto a la dimensión global indica un valor de .86. Asimismo, se comprobó la confiabilidad mediante la técnica test-retest mostrando una dimensión global de .98 (52).

Baremación:

- Adecuado (38 a 55 puntos)
- Poco adecuado (19 a 37 puntos)
- Inadecuado (0 a 18 puntos)

Para la segunda variable procrastinación académica se empleó el instrumento ya mencionado. Donde se aplicó la escala de procrastinación académica (EPA) de Busko adecuada por Álvarez. El cuestionario tiene una duración de 15 min. Y tiene una codificación tipo Likert: siempre (1), casi siempre (2), a veces (3), pocas veces (4), nunca (5). La escala de medición es ordinal. El instrumento está constituido por 12 preguntas. La validez del formulario de procrastinación académica se dio mediante una prueba de expertos donde tuvo la aprobación para cada uno de los validadores aplicando el índice de acuerdo (Escurre,1988), asimismo, la confiabilidad para el instrumento se corrobora a través del método alfa de Cronbach .822 este resultado permite finalizar de que el instrumento es factible (53).

Baremación:

- Bajo (12 a 28 puntos)
- Medio (29 a 44 puntos)
- Alto (45 a 60 puntos)

#### **4.5 Procedimientos**

- Para comenzar se solicitó permiso a la Universidad Tecnológica de los Andes para realizar la investigación.
- Igualmente se pidió autorización al docente que se encontraba con los estudiantes de esta manera se coordinó el horario para aplicar el instrumento. Posteriormente, se obtuvo el consentimiento de los estudiantes universitarios.
- Una vez conseguida toda esta información se procedió a pasar todos estos datos al programa de Microsoft Excel en una matriz de datos, cuya información fue procesada en el SPSS Statistics v.25.
- Se establecieron gráficos en Microsoft Excel, puesto que este programa ayudó a crear tablas para registrar y manejar todos los datos de una manera ordenada.

#### **4.6 Análisis de datos**

- Para procesar la Información se utilizó el software de Microsoft Excel en una matriz de datos, cuyos datos fueron procesados en el SPSS Stats v.25.
- Se crearon diagramas en Microsoft Excel, ya que este software contribuyó a la creación de tablas para registrar y gestionar todos los datos de forma organizada.

#### **4.7 Consideraciones éticas**

Dado el progreso de la siguiente investigación, donde, se pidió la autorización para poder aplicar los instrumentos de tal manera que se pondrá en conocimiento. Conforme

a las consideraciones, la elección de los estudiantes se llevará de manera ecuaníme sin preferencia alguna, por otro lado, los estudiantes serán informados sobre las particularidades de la investigación donde dispondrán su consentimiento antes de participar en la investigación. Asimismo, el documento mantendrá la privacidad de los participantes.

## V. Resultados y discusión

### Resultados

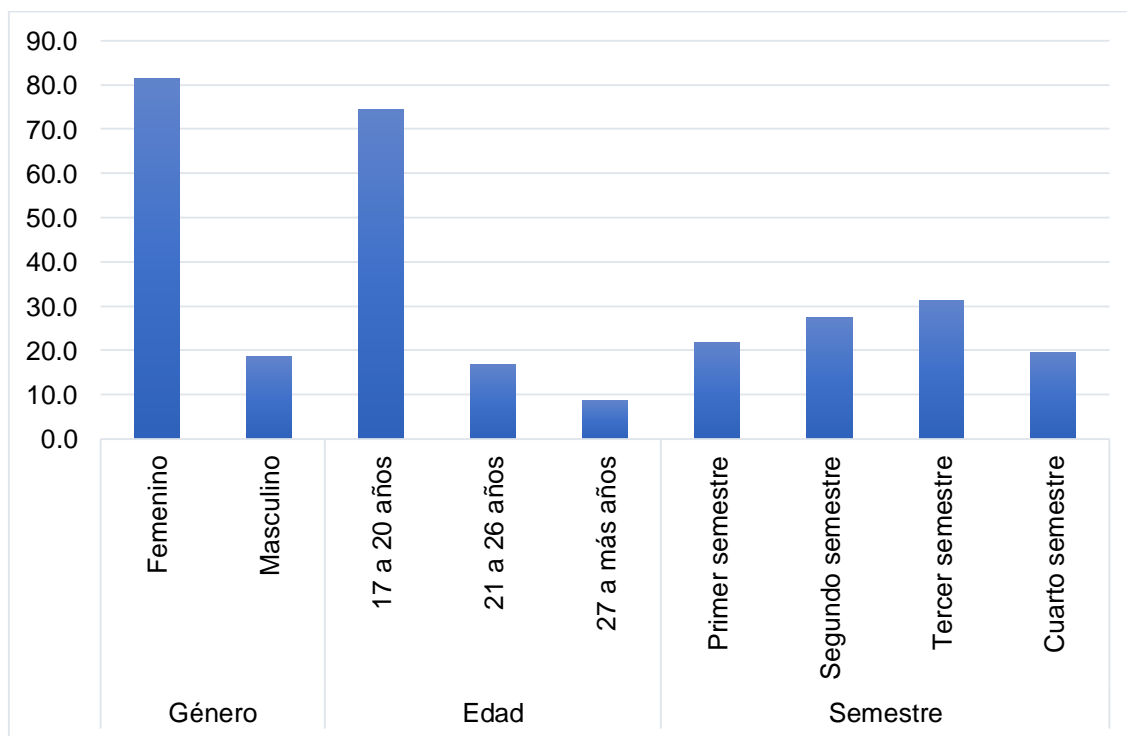
**Tabla 01.**

*Datos generales de los estudiantes de enfermería*

		Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	149	81.4
	Masculino	34	18.6
Edad	17 a 20 años	136	74.3
	21 a 26 años	31	16.9
	27 a más años	16	8.7
Semestre	Primer semestre	40	21.9
	Segundo semestre	50	27.3
	Tercer semestre	57	31.1
	Cuarto semestre	36	19.7
Total		183	100.0

**Figura 01.**

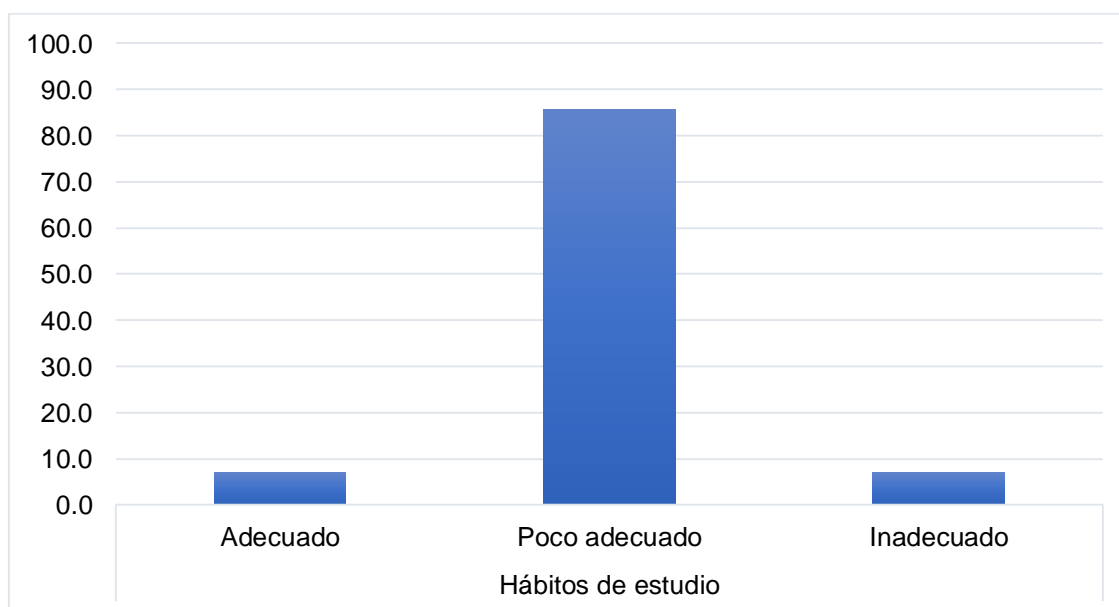
*Datos generales de los estudiantes de enfermería*



La tabla 1 presenta datos generales sobre estudiantes de enfermería. El 81.4% de los estudiantes son mujeres y solo el 18.6% son hombres. Con respecto a la edad, la mayoría (74.3%) tiene entre 17 y 20 años, mientras que un 16.9% está en el rango de 21 a 26 años, y un pequeño porcentaje (8.7%) de 27 años o más. En cuanto a su progresión académica. El 21.9% está en el primer semestre, el 27.3% en el segundo, el 31.1% en el tercer semestre y el 19.7% en el cuarto semestre.

**Tabla 02.***Hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería*

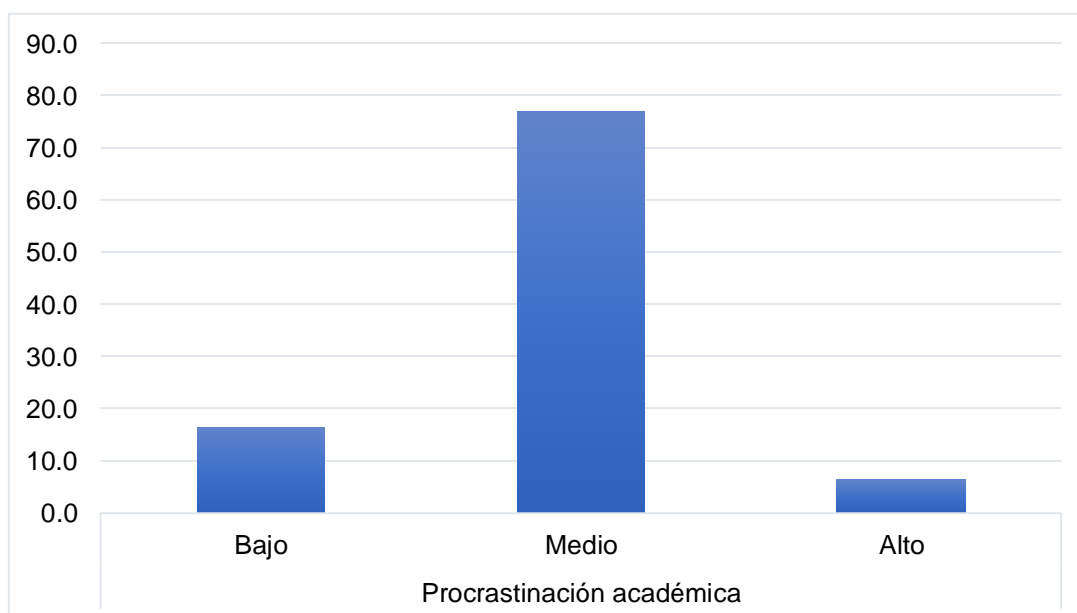
		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Hábitos de estudio	Adecuado	13	7.1
	Poco adecuado	157	85.8
	Inadecuado	13	7.1
	Total	183	100.0

**Figura 02.***Hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería*

La tabla 2 revela los hábitos de estudio de los estudiantes de enfermería. Solo el 7.1% de los estudiantes tiene hábitos de estudio considerados adecuados, un 85.8%, muestra hábitos de estudio poco adecuados. Esto indica que hay un claro margen de mejora en los métodos y prácticas de estudio entre este grupo de estudiantes.

**Tabla 03.***Procrastinación académica de los estudiantes de enfermería*

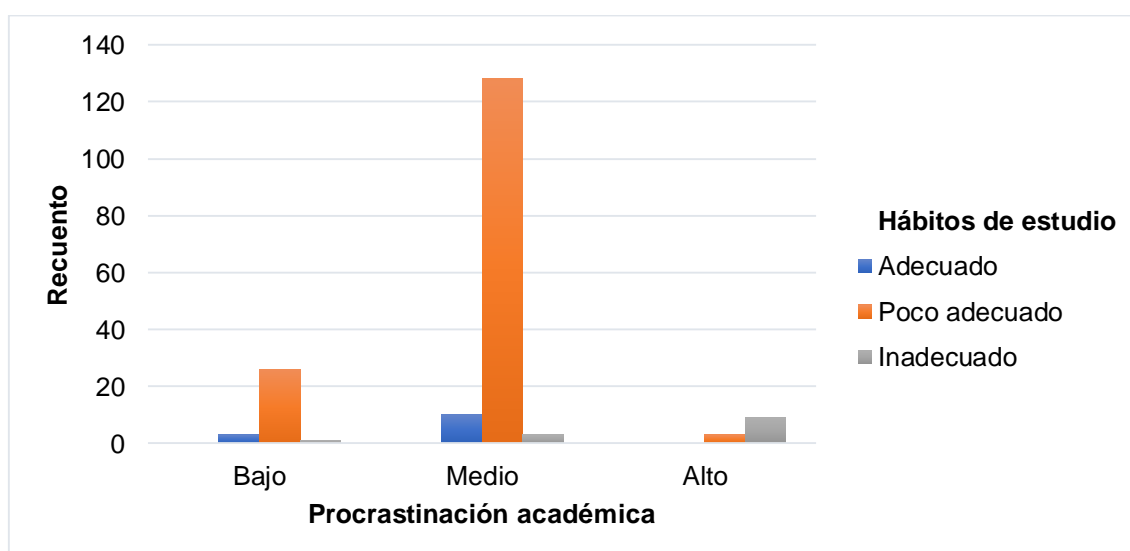
		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Procrastinación académica	Bajo	30	16.4
	Medio	141	77.0
	Alto	12	6.6
	Total	183	100.0

**Figura 03.***Procrastinación académica de los estudiantes de enfermería*

La tabla 3 detalla los niveles de procrastinación académica entre los estudiantes de enfermería, un 77.0%, muestra un nivel medio de procrastinación, mientras que solo el 16.4% tiene un nivel bajo de procrastinación. Un porcentaje relativamente pequeño, pero aún preocupante, el 6.6%, demuestra un alto nivel de procrastinación. Estos datos sugieren que la postergación de las tareas académicas es un problema común entre los estudiantes de enfermería.

**Tabla 04.***Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Hábitos de estudio	Adecuado	3	1.6%	10	5.5%	0	0.0%	13	7.1%
	Poco adecuado	26	14.2%	128	69.9%	3	1.6%	157	85.8%
	Inadecuado	1	0.5%	3	1.6%	9	4.9%	13	7.1%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 04.***Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

En la tabla 4 se presenta la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería. El 69.9% se ubica en la categoría de hábitos de estudio poco adecuados y un nivel medio de procrastinación académica. El 14.2% corresponde a estudiantes con hábitos de estudio poco adecuados pero un nivel bajo de procrastinación; además, un 5.5% de los estudiantes con hábitos de estudio adecuados también muestran un nivel medio de procrastinación.

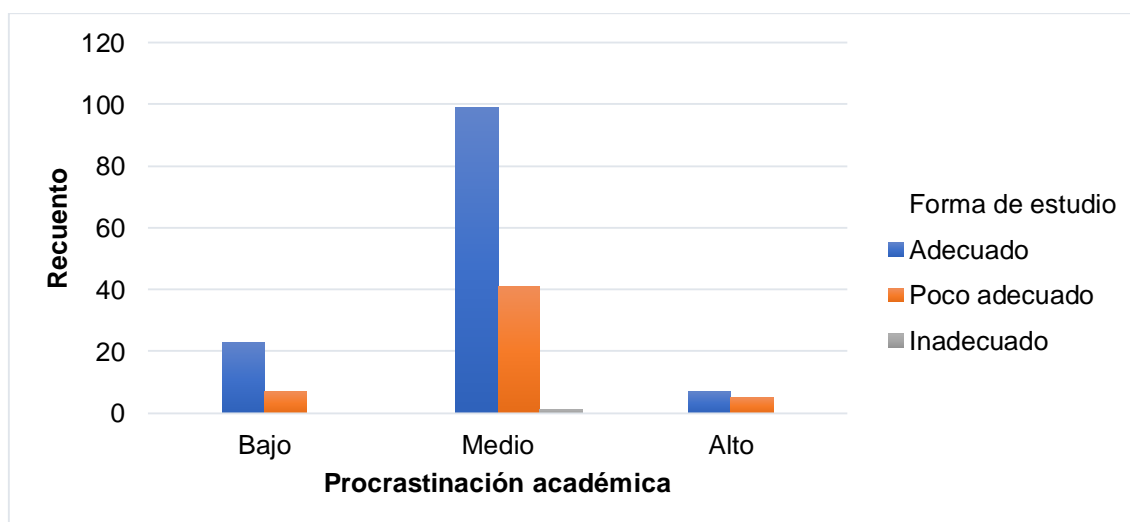
**Tabla 05.**

*Forma de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Forma de estudio	Adecuado	23	12.6%	99	54.1%	7	3.8%	129	70.5%
	Poco adecuado	7	3.8%	41	22.4%	5	2.7%	53	29.0%
	Inadecuado	0	0.0%	1	0.5%	0	0.0%	1	0.5%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 04.**

*Forma de estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*



En la tabla 5 se evidencia la correspondencia entre la metodología de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería. Se destaca que el 54.1% de los estudiantes emplea una metodología de estudio adecuada, sin embargo, muestra un nivel medio de procrastinación académica. Por otro lado, el 22.4% corresponde a estudiantes con una metodología de estudio deficiente y un nivel medio de procrastinación. Además, el 12.6% de los estudiantes utiliza una metodología de estudio adecuada y presenta un nivel bajo de procrastinación.

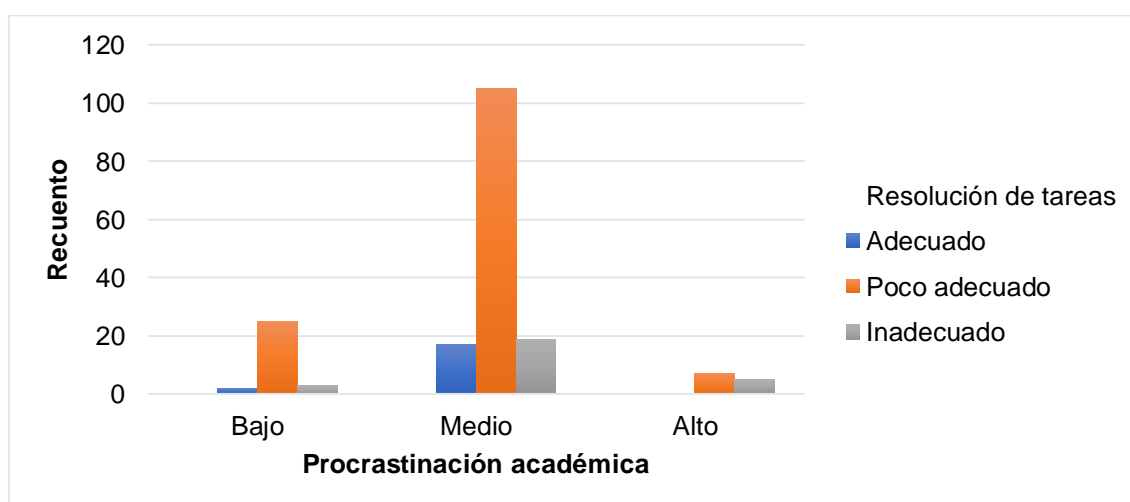
**Tabla 06.**

*Resolución de tareas y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Resolución de tareas	Adecuado	2	1.1%	17	9.3%	0	0.0%	19	10.4%
	Poco adecuado	25	13.7%	105	57.4%	7	3.8%	137	74.9%
	Inadecuado	3	1.6%	19	10.4%	5	2.7%	27	14.8%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 05.**

*Resolución de tareas y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*



La tabla 6 muestra la correlación entre la ejecución de tareas y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería. Se observa que el 57.4% de los estudiantes con una ejecución de tareas deficiente muestran un nivel medio de procrastinación académica. En contraste, el 13.7% de los estudiantes con una ejecución de tareas deficiente exhiben un bajo nivel de procrastinación. Además, un 10.4% de los estudiantes presentan una ejecución de tareas inadecuada y un nivel medio de procrastinación.

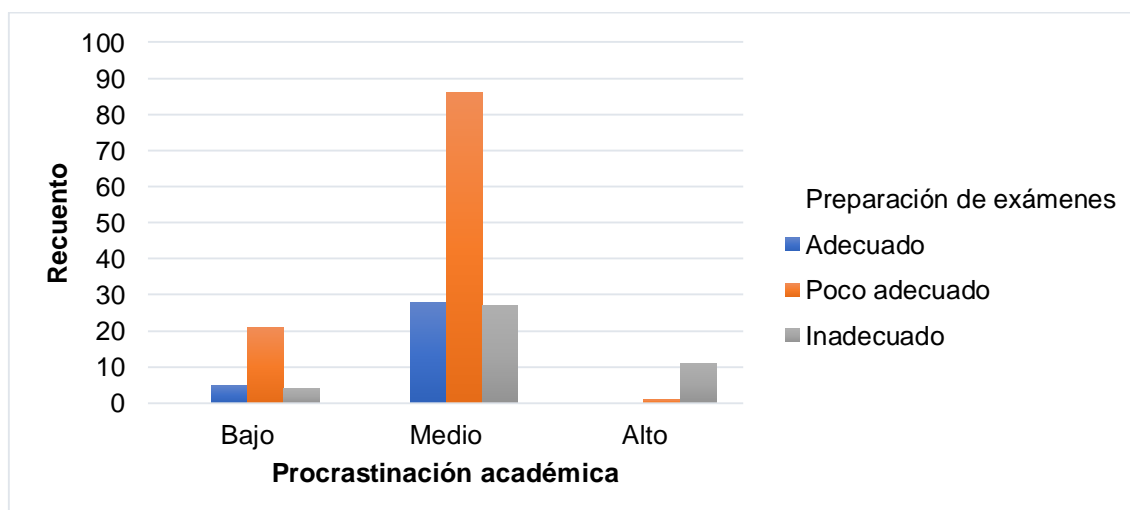
**Tabla 07.**

*Preparación de exámenes y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Preparación de exámenes	Adecuado	5	2.7%	28	15.3%	0	0.0%	33	18.0%
	Poco adecuado	21	11.5%	86	47.0%	1	0.5%	108	59.0%
	Inadecuado	4	2.2%	27	14.8%	11	6.0%	42	23.0%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 06.**

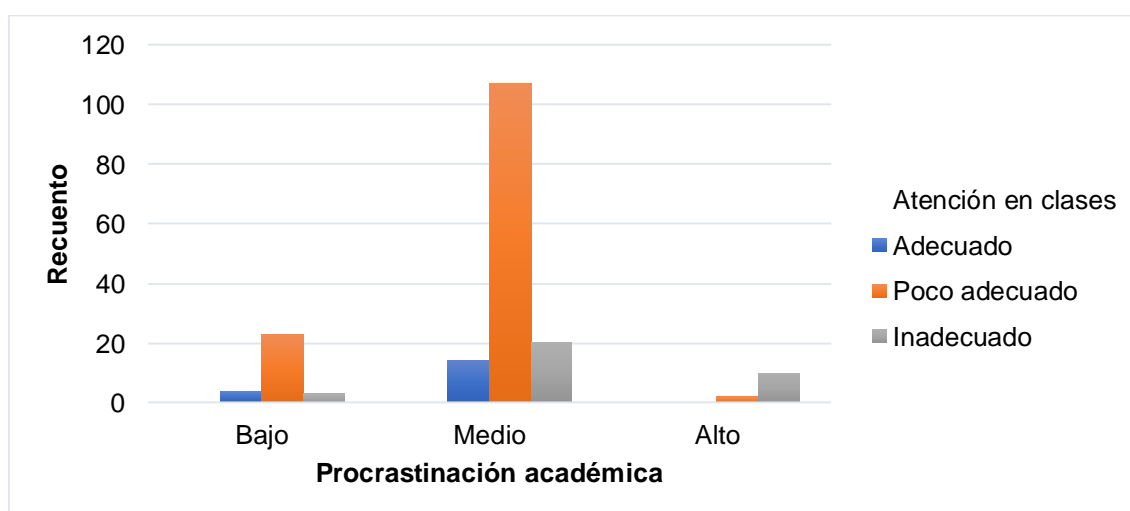
*Preparación de exámenes y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*



La tabla 7 muestra la conexión entre la planificación para los exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería. Un notable 47.0% de los estudiantes con una planificación deficiente para los exámenes presenta un nivel medio de procrastinación académica. Además, el 15.3% de los estudiantes, a pesar de tener una planificación adecuada para los exámenes, muestra un nivel medio de procrastinación. En el caso de los estudiantes con una planificación inadecuada para los exámenes, el 14.8% enfrenta un nivel medio de procrastinación académica.

**Tabla 08.***Atención en clases y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Atención en clases	Adecuado	4	2.2%	14	7.7%	0	0.0%	18	9.8%
	Poco adecuado	23	12.6%	107	58.5%	2	1.1%	132	72.1%
	Inadecuado	3	1.6%	20	10.9%	10	5.5%	33	18.0%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 07.***Atención en clases y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

La tabla 8 detalla la correspondencia entre la concentración en las clases y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería. Destacadamente, un 58.5% de los estudiantes con una concentración deficiente en clases muestra un nivel medio de procrastinación académica. Asimismo, un 12.6% de los estudiantes con una concentración deficiente en clase presenta un bajo nivel de procrastinación. Por otro lado, el 10.9% de los estudiantes con una concentración inadecuada en clases exhibe un nivel medio de procrastinación académica.

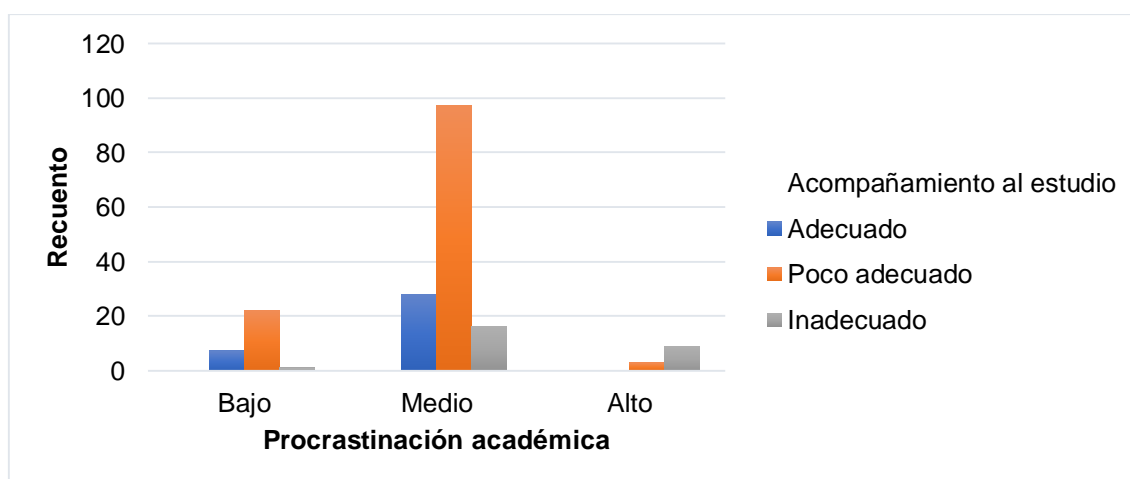
**Tabla 09.**

*Acompañamiento al estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*

		Procrastinación académica						Total	
		Bajo		Medio		Alto			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Acompañamiento al estudio	Adecuado	7	3.8%	28	15.3%	0	0.0%	35	19.1%
	Poco adecuado	22	12.0%	97	53.0%	3	1.6%	122	66.7%
	Inadecuado	1	0.5%	16	8.7%	9	4.9%	26	14.2%
Total		30	16.4%	141	77.0%	12	6.6%	183	100.0%

**Figura 08.**

*Acompañamiento al estudio y procrastinación académica en estudiantes de enfermería*



La tabla 9 muestra cómo se relaciona el apoyo al estudio con la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería; se observa que el 53.0% de los estudiantes con un apoyo al estudio deficiente experimenta un nivel medio de procrastinación académica; por otro lado, el 15.3% de los estudiantes que cuentan con un apoyo al estudio adecuado también enfrenta un nivel medio de procrastinación; además, un 12.0% de los estudiantes con un apoyo al estudio poco adecuado muestra un bajo nivel de procrastinación.

## Discusión

Los resultados obtenidos en esta investigación ponen de manifiesto una alta prevalencia de hábitos de estudio poco adecuados (85.8%) y procrastinación académica de nivel medio (77.0%) entre los estudiantes de enfermería. Este elevado porcentaje de estudiantes con hábitos de estudio insatisfactorios y niveles medios de procrastinación académica coincide con el hallazgo de Gómez (10), en el que un 84.5% de la población tenía al menos un nivel medio-bajo de procrastinación y un 70% expresaba un alto interés en reducir esta tendencia. Estos datos subrayan la importancia de aplicar estrategias eficaces para mejorar los métodos de estudio y disminuir la procrastinación académica entre los estudiantes.

Sin embargo, la comparación con el estudio de Córdova et al. (9) revela diferencias significativas en el perfil demográfico de los estudiantes que presentan altos niveles de procrastinación; mientras que, en el estudio de Córdova et al., la mayoría de los estudiantes que procrastinan tenían entre 14 a 17 años, en nuestro estudio la mayoría de los estudiantes se situaban entre los 17 y 20 años, y no se identificó una relación directa entre la edad y los niveles de procrastinación. Esto resalta la variabilidad en los perfiles de estudiantes que pueden experimentar altos niveles de procrastinación, lo que sugiere la necesidad de intervenciones personalizadas según las características demográficas del estudiantado.

En este sentido, las aproximaciones resultantes de la investigación divergen con las obtenidas por Huamaní y Llaguento (14), quienes reportaron que el 53.6% de los estudiantes de medicina presentaban un nivel medio de procrastinación y el 42.5% un alto nivel de autorregulación académica. Los datos de este estudio sugieren que los estudiantes de enfermería pueden enfrentar desafíos más pronunciados con respecto a la procrastinación y la autorregulación, lo que podría atribuirse a diferencias en las

demandas y exigencias académicas entre las disciplinas de medicina y enfermería. Este hallazgo sugiere la necesidad de una mayor investigación para entender las diferencias específicas de la disciplina en los patrones de procrastinación y autorregulación.

Los hallazgos de este estudio y los de Silva (15), Chanamé (16), Coronado (17) y Tapia (19) corroboran la existencia de una correlación significativa entre los hábitos de estudio inadecuados y mayores niveles de procrastinación académica. La asociación entre estos dos factores puede atribuirse a varias razones. Los hábitos de estudio adecuados implican una gestión efectiva del tiempo, una planificación sistemática y una estrategia de aprendizaje clara. Sin embargo, la ausencia de tales hábitos puede conducir a la postergación de las tareas académicas, lo que resulta en procrastinación. Además, los hábitos de estudio inadecuados pueden generar ansiedad por la evaluación y temor al fracaso, como señala Gómez (10), que son conocidos impulsores de la procrastinación.

Por otra parte, el perfeccionismo y la baja asertividad, también identificados por Gómez (10), podrían manifestarse en la procrastinación al aumentar la presión sobre el rendimiento académico y la necesidad de cumplir con las expectativas personales y ajenas. El perfeccionismo puede ser contraproducente, ya que la incapacidad para cumplir con estándares altos puede llevar a la evitación de tareas, resultando en procrastinación. En conclusión, los hábitos de estudio adecuados son esenciales para prevenir la procrastinación académica.

## Prueba de Hipótesis

**Tabla 10**

*Prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Hábitos de estudio	0.111	183	0.000
Procrastinación académica	0.123	183	0.000

La tabla 10 presenta los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, utilizada para verificar si una muestra sigue una distribución normal. Tanto para los hábitos de estudio como para la procrastinación académica, se obtuvo un valor de significancia (p-valor) de 0.000. Estos valores son inferiores a 0.05, lo que indica que rechazamos la hipótesis nula de distribución normal de los datos. En consecuencia, se empleó la prueba de Rho de Spearman, que es una prueba no paramétrica.

**Tabla 11***Correlación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica*

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,322**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	183

*Nota.* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 11 muestra los resultados de la prueba de correlación de Spearman, que analiza la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación obtenido es 0.322, lo que indica una correlación positiva de leve a moderada. Además, el valor de significancia (p-valor) es 0.000, menor que 0.05, lo que sugiere que existe una relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

**Tabla 12***Correlación entre la forma de estudio y la procrastinación académica*

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Forma de estudio	Coefficiente de correlación	0.084
		Sig. (bilateral)	0.260
		N	183

La tabla 12 presenta los resultados de una prueba de correlación de Spearman entre la forma de estudio y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación es 0.084, indicando una correlación positiva muy débil y el valor de significancia (p-valor) es 0.260, mayor que 0.05, lo que sugiere que no existe relación significativa entre la forma de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

**Tabla 13***Correlación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica*

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Resolución de tareas	Coefficiente de correlación	0.106
		Sig. (bilateral)	0.152
		N	183

La tabla 13 presenta los resultados de una prueba de correlación de Spearman entre la resolución de tareas y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación es 0.106, indicando una correlación positiva muy débil y el valor de significancia (p-valor) es 0.152, mayor que 0.05, lo que sugiere que no existe relación significativa entre la resolución de tareas y la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

**Tabla 14***Correlación entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica*

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Preparación de exámenes	Coefficiente de correlación	,227**
		Sig. (bilateral)	0.002
		N	183

*Nota.* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 14 muestra los resultados de la prueba de correlación de Spearman entre la preparación para los exámenes y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación obtenido es 0.227, indicando una correlación positiva débil. Además, el valor de significancia (p-valor) es 0.002, inferior a 0.05, lo que sugiere que existe una relación significativa entre la preparación para los exámenes y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

**Tabla 15***Correlación entre la atención en clases y la procrastinación académica*

		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Atención en clases	Coefficiente de correlación	,272**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	183

*Nota.* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 15 muestra los resultados de un análisis de correlación de Spearman entre la concentración en las clases y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación obtenido es 0.272, indicando una correlación positiva de leve a moderada. Además, el valor de significancia (p-valor) es 0.000, lo que significa que es menor que 0.05 y sugiere una relación significativa entre la concentración en las clases y la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

**Tabla 16***Correlación entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica*

		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Acompañamiento al estudio	Coefficiente de correlación	,270**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	183

*Nota.* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 16 exhibe los resultados de un análisis de correlación de Spearman entre el apoyo durante el estudio y la procrastinación académica. El coeficiente de correlación calculado es 0.270, lo que indica una correlación positiva de leve a moderada. Además, el valor de significancia (p-valor) es 0.000, menor que 0.05, lo cual señala una relación significativa entre el apoyo durante el estudio y la procrastinación académica en los

estudiantes de enfermería de la Universidad Tecnológica de los Andes, Abancay – 2022.

## VI. Conclusiones

**Primero:** Se evidenció que 69.9% de los estudiantes tienen hábitos poco adecuados de estudio y su nivel de procrastinación es medio; además, se observó una relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $p$ -valor = 0.000), lo que sugiere que los hábitos de estudio influyen considerablemente el comportamiento procrastinador en estudiantes de enfermería.

**Segundo:** El 42.1% de los estudiantes de enfermería posee una forma de estudio poco adecuada y presenta un nivel medio de procrastinación académica. Sin embargo, la correlación entre la forma de estudio y la procrastinación académica no es estadísticamente significativa ( $p=0.260$ ). Esto indica que la forma de estudio no necesariamente se traduce en un cambio observable en el nivel de procrastinación.

**Tercero:** El 52.5% de los estudiantes de enfermería muestra una resolución de tareas poco adecuada y tiene un nivel medio de procrastinación. Sin embargo, la correlación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica no es estadísticamente significativa ( $p=0.152$ ). Esto sugiere que la resolución de tareas no se relaciona los niveles de procrastinación.

**Cuarto:** Respecto a la preparación de exámenes, se encontró que el 47.0% de los estudiantes tiene una preparación poco adecuada y un nivel medio de procrastinación. En este caso, sí se tuvo una relación significativa entre ambas variables ( $p=0.002$ ), lo que indica que la preparación de exámenes puede ser un factor relevante en la procrastinación académica.

**Quinto:** Se destaca que el 58.5% de los estudiantes muestra una atención en clases poco adecuada y un nivel medio de procrastinación. Se tuvo una correlación

significativa ( $p=0.000$ ) entre la atención en clases y la procrastinación académica, señalando la importancia de la atención en clases para mitigar la procrastinación.

**Sexto:** Por último, se observa que el 53.0% de los estudiantes tiene un acompañamiento al estudio poco adecuado y un nivel medio de procrastinación. Existe una correlación significativa ( $p=0.000$ ) entre el acompañamiento al estudio y la procrastinación académica, lo que sugiere que contar con un adecuado acompañamiento en el estudio puede ser útil para disminuir la procrastinación académica.

## VII. Recomendaciones

**Primero:** se recomienda que la Universidad Tecnológica de los Andes implemente programas de apoyo para el fortalecimiento de las habilidades de estudio del estudiantado. Estos podrían incluir técnicas efectivas de toma de notas, habilidades de gestión del tiempo, y métodos de estudio activo.

**Segundo:** se recomienda llevar a cabo talleres de concientización para ayudar a los estudiantes a reconocer y entender el impacto negativo de la procrastinación en el rendimiento académico y el bienestar emocional. Estos talleres podrían proporcionar estrategias y técnicas prácticas para superar la tendencia a procrastinar.

**Tercero:** a la Universidad Tecnológica de los Andes considerar el establecimiento de servicios de asesoramiento y bienestar estudiantil para proporcionar apoyo emocional y psicológico a los estudiantes. Estos servicios pueden ser particularmente útiles para estudiantes que luchan con la ansiedad y el estrés, que son factores comúnmente asociados con la procrastinación.

**Cuarto:** crear programas de mentoría en los que estudiantes más avanzados o graduados recientes puedan orientar a los estudiantes más jóvenes puede ser una manera efectiva de transmitir buenos hábitos de estudio y proporcionar apoyo y motivación.

**Quinto:** es importante que la Universidad Tecnológica de los Andes fomente un entorno de aprendizaje que sea atractivo y estimulante para los estudiantes. Esto podría implicar el uso de tecnologías de aprendizaje innovadoras, la implementación de enfoques pedagógicos más participativos, y el aseguramiento de que los contenidos del curso sean relevantes y atractivos.

**Sexto:** como parte de las habilidades de estudio, es esencial que los estudiantes desarrollen habilidades de autorregulación, como la capacidad de establecer y alcanzar metas de aprendizaje. La Universidad puede promover esto a través de programas de estudio independiente o de aprendizaje auto dirigido .

### VIII. Referencias

1. Narváez MTGITGCU&RAM. Inventario de hábitos de estudio en una clase para toma de decisiones de estudiantes de fidioterapia. *Revista Ciencias De La Salud*. 2009; 7(3).
2. Muñoz-Olano JF,&HPC. Effects of goal clarification on impulsivity and academic procrastination of college students. *Revista Latinoamericana de psicología*. 2017; 49(3).
3. Yilmaz MB. The Relation between Academic Procrastination of University Students and Their Assignment and Exam Performances: The Situation in Distance and Face-to-Face Learning Environments. *Journal of Education and Training Studies*. 2017; 5(9).
4. Steel P. *Procrastinación Colombia: Editorial -Grijalbo..*
5. Klassen RyKE. Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey. *An International Journal of Experimental Educational Psychology*. 2009; 29(1).
6. Rosales Fernández JG. *Estres académico y hábitos de estudio en universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima-Sur..*
7. Hurtado Valderrama C,&RBAR. *Locus de Control y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios..*

8. Medrano Mori ML. Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017..
9. Córdova Cruz J, Hidrobo Sevilla J, José Fabián Hidrobo Guzmán J. Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2022; 6(3).
10. Gómez Páez B. Frecuencia y causas de la procrastinación académica en estudiantes de BGU de la Unidad Educativa Fiscomisional Monseñor Oscar Arnulfo Romero, ubicada en la ciudad de Joya de los Sachas, en el periodo lectivo 2021-2021. Quito: Universidad Central del Ecuador.
11. Zárate-Depraect, NE, , Soto-Decuir, MG, , Martínez-Aguirre, EG, Castro-Castro, ML, García-Jau, RA, López-Leiva, N. M. ,NM. Hábitos de estudio y estres en estudiantes del area de salud. 2018; 21(3).
12. Cortes J. Influencia de hábitos de estudio en el rendimiento académico en estudiantes de V semestre de contaduría pública de la UTPC Sexional Chiquinquirá periódicos académicos 2015-2016 (Tesis de Pregrado). Universidad pedagógica y Tecnológica de Colombia..
13. Rodríguez ACM. Procrastinación en estudiantes universitarios: su relacion con la edad y el curso academico. *Revista Colombiana de Psicología*. 2017; 26(1).
14. Huamaní Espinoza RJ, Llaguento Gupioc KS. Procrastinación académica en estudiantes de medicina de una universidad privada de Lambayeque, ciclo

- académico 2021-II. Universidad Señor de Sipán. Facultad de Ciencias de la Salud.
15. Silva Castillo AM. Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad de Piura, 2020. Maestría en Psicología Educativa. Universidad César Vallejo.
  16. Chanamé Moreno AAS. Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de una universidad privada de la ciudad de Chiclayo, 2019. Licenciado en Psicología. Universidad Señor de Sipán. Facultad de Derecho y Humanidades.
  17. Coronado Hurtado CA. Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de quinto grado de secundaria en una institución educativa de Chiclayo 2018. Universidad Señor de Sipán. Facultad de Derecho y Humanidades.
  18. Córdova-Torres P, Alarcón-Arias A. Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud. 2019; 4(1): p. 22-29.
  19. Tapia Callalli JM. Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del Colegio América, Abancay, 2021. Tesis de posgrado. Abancay: Universidad César Vallejo. Escuela de Posgrado.

20. Sánchez CS. Diccionario de las Ciencias de la Educación. En. Mexico: ed. Aula Santillana.; 2002.
21. Mira E. Psicología evolutiva del niño y del adolescente. En. Buenos Aires, Argentina: Editorial Antenero.; 1972.
22. García Labiano JM. Programa de acción tutorial para la Educación Secundaria. Madrid: WK Educación.
23. Consuegra Anaya N. Diccionario de Psicología.. 2nd ed.: Bogotá: Ecoe Ediciones.; 2010.
24. Vicuña L. Inventario de hábitos de estudio. 4th ed. Lima.; 2014.
25. Vicuña L. Inventario de hábitos de estudio Perú: CEDEIS; 2005.
26. Ortega V. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa del Callao. Tesis de Licenciatura. Universidad San Ignacio de Loyola.
27. Vildoso V. Influencia de los Hábitos de Estudio y la Autoestima en el Rendimiento Académico de los Estudiantes Universitarios de la Escuela Profesional de Agronomía. Tesis de maestría. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann.
28. Najarro Vargas J. Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de la Escuela Profesional de

- Medicina de la Universidad Nacional de San Marcos, Perú. Conrado. 2020; 16(77).
29. López J. Relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la escuela profesional de medicina veterinaria. Tesis de maestría. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle Lima.
30. Palacios S. Hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del Colegio de Alto Rendimiento de Piura durante el año escolar 2016. Tesis de licenciatura en Educación, Nivel Primaria. Universidad de Piura.
31. Steel P. Procrastinacion ¿Por qué dejamos para mañana, lo que podemos hacer hoy? España: Grijalbo.; 2011.
32. Milgram NA,DW,&RA. Situational and personal determinants of academic procrastination. *Journal of General Psychology*. 1992; 119(2).
33. Ainslie G. Procrastination: The Basic Impulse. New York: Picoeconomics.com..
34. Solomon LJ,&RED. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates.*Journal of Counseling Psychology*. 1984; 31(4).
35. Green L. Autocontrol de los estudiantes minoritarios de la dilación.*Journal of Counseling Psychology*. 1982; 29(6).

36. Carranza RyRA. Procrastinación y Características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*. 2013; 3(2).
37. Wolters C. Entendimiento de la Procrastinación del Self –regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*. 2003; 95(1).
38. Natividad L. Análisis de la Procrastinación Factorial en Estudiantes Universitarios. Universidad de Valencia.. España.
39. Sánchez A. Procrastinación académica: Un problema en la vida universitaria. *Studiositas*. 2010; 5(2).
40. Ferrari JJJ&MCW. Procrastination and task avoidance: theory, research and treatment. New York Editorial Plenum Press..
41. Ferrari JR. Self-handicapping by procrastinators: Protecting self-esteem, socialesteem, or both? *Journal of Research in Personality*..
42. Carranza R, Ramírez A. Procrastinación y Características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*. *Apuntes Universitarios*. *Revista de Investigación*. 2013; 3(2).
43. Gonzales. Validación y construcción de las propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA)..
44. Natividad L. Análisis de la Procrastinación Factorial en Estudiantes Universitarios. Universidad de Valencia. España..

45. Roca IBalasz J. Conducta y conducta. Acta comport..
46. capechi V. Metodologia e ricerca nell'opera di Paul F. Lazarsfeld», introduzione a P. F. LAZARSELD, Metodologia e ricerca sociologica Bolonia, Il Mulino. p..
47. Fowler Newton E. "Tratado de Contabilidad básica" Editorial MC Graw-Hill.Argentina..
48. Tyrer P. Major common symptoms in psychiatry: Anxiety..
49. Sánchez S. Niños y jóvenes en desventaja ante la educación: causas y consecuencias del abastecimiento y del fracaso escolar Revista de Estudios de Juventud..
50. Gonzales JLA. Proyecto de tesis Guía para la elaboración Arequipa: Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2020-05577.; 2020.
51. Gonzales JLA. Proyecto de tesis guia para la elaboracion. primera edicion digital ed. Arequipa; 2020.
52. Peri Lv. Inventario de habitos de estudio. 3rd ed.; 2005.
53. Alegre A. Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes..
54. Hernández Herrera , Rodríguez Perego N, Vargas Garza Á. Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. revista de la educación superior. 2012; 3(163).

55. Quant D, Sanchez. Procrastinación, procrastinación académica. Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica. 2012; 3(1).
56. Dev S. Effects of procrastination behavior, stress tolerance and study habits on academic achievements of Indian Students residing in India (Kerala) and UAE. Research in Social Sciences and Technology. 2018; 3(3).
57. Rodríguez AyCM. Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. Revista Colombiana de Psicología. 2017; 26(1).
58. Yilmaz M. The Relation between Academic Procrastination of University Students and Their Assignment and Exam Performances: The Situation in Distance and Face-to-Face Learning Environments” Journal of Education and Training Studies. 2017; 5(9).
59. Khan T. Procrastinación académica y autoeficacia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo (Tesis de Pregrado). Universidad privada del norte. Trujillo, Perú. privada del norte. Trujillo, Perú..
60. Llerena Manrique MJ. ) Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de Educación, Enfermería y Física de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. (Tesis de Maestría. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa)..

61. Medrano Mori ML. Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017. (Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo)..
62. Iturrizaga IM. Investigación longitudinal de los hábitos de estudio en una cohorte de alumnos universitarios. Revista Lasallista De Investigación. 2012; 9(1).

Los anexos, panel fotográfico y otros documentos están resguardados en la oficina de repositorio digital institucional en la Biblioteca Central de la Universidad Tecnológica de los Andes