

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



El uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciada en Psicología

Autora: Br. Gallegos Silva María Inés

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



El uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Dr. Ordinola Luna Alexander (Presidente):

Mg. Hidalgo Sandoval Cristhiam Jacob (Secretario):

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



El uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y forma

Br. Gallegos Silva María Inés (Autora).....

Mg. Alfaro García Ludwing Darío (Asesor).....

Tumbes, 2024

# ACTA DE SUSTENTACIÓN



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

## ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los diez días del mes de diciembre del dos mil veinticuatro, siendo las nueve horas, en la sala de usos múltiples del Centro Académico de Investigación Psicológica de la Universidad Nacional de Tumbes – Ciudad Universitaria, se reunieron el Jurado Calificador de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, designado por Resolución N° 067-2023/UNTUMBES-FACSO-D., Dr. ALEXANDER ORDINOLA LUNA (Presidente) y Mg. CRISTHIAM JACOB HIDALGO SANDOVAL (Secretario), reconociendo en la misma resolución además, al Mg. LUDWING DARÍO ALFARO GARCÍA como asesor. Siendo que, la Mg. LYZ MARILYN LAZO FLORES, designada vocal del jurado calificador mediante la Resolución antes mencionada, no se encuentra presente, por no contar con contrato vigente, se procedió por mayoría a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada: "EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES - 2023", para optar el Título Profesional de LICENCIADA EN PSICOLOGÍA, presentada por la:


**Br. María Inés Gallegos Silva**


Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de la sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo 75. del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la Br. María Inés Gallegos Silva, aprobada por mayoría, con calificativo de bueno. Se hace conocer a la sustentante, que deberá levantar las observaciones finales hechas al informe final de tesis, que el Jurado le indica.

En consecuencia, queda expedita para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología, de conformidad con lo estipulado en la Ley Universitaria N°30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las diez horas del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 10 de diciembre del 2024

  
Dr. ALEXANDER ORDINOLA LUNA  
DNI N° 40237516  
Código ORCID 0000-0002-5954-4788  
Presidente

  
Mg. CRISTHIAM JACOB HIDALGO SANDOVAL  
DNI N° 44752528  
Código ORCID 0000-0003-4806-9907  
Secretario

C.c.  
- Jurados (02) - Archivo (Decanato)  
- Asesor  
- Interesado

# ok\_INFORME DE TESIS\_ GALLEGOS SILVA MARÌA INÈS.docx

*por* Maria Ines GALLEGOS SILVA

---

**Fecha de entrega:** 10-dic-2024 11:49a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2547880032

**Nombre del archivo:** ok\_INFORME\_DE\_TESIS\_GALLEGOS\_SILVA\_MARÌA\_INÈS.docx (255.14K)

**Total de palabras:** 14489

**Total de caracteres:** 80233



**LUDWING DARIO ALFARO GARCIA**

**0000-0002-9584-9925**

**ASESOR**

## ok\_INFORME DE TESIS\_ GALLEGOS SILVA MARIA INÉS.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

**22%**

INDICE DE SIMILITUD

**22%**

FUENTES DE INTERNET

**12%**

PUBLICACIONES

**14%**

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional de Tumbes</b> Trabajo del estudiante	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.upao.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>Submitted to Universidad Autonoma del Peru</b> Trabajo del estudiante	

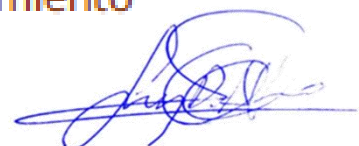


LUDWING DARIO ALFARO GARCIA  
0000-0002-9584-9925  
ASESOR

		<1 %
10	Submitted to Universidad Privada Antenor Orrego Trabajo del estudiante	<1 %
11	1library.co Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.unsaac.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	115744.tcywjlis.asia Fuente de Internet	<1 %
15	archive.org Fuente de Internet	<1 %
16	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.esan.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	<1 %
19	Submitted to uazuay Trabajo del estudiante	<1 %
20	www.coursehero.com Fuente de Internet	

LUDWING DARIO ALFARO GARCIA  
0000-0002-9584-9925  
ASESOR

		<1 %
21	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
24	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
25	tesis.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	<1 %
27	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	repositorio.ulasamericas.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
30	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
31	Daza Pinilla, Wilson. "Estado de la Adicción a las Redes Sociales e Internet y Rendimiento	<1 %



LUDWING DARIO ALFARO GARCIA  
0000-0002-9584-9925  
ASESOR



## Académico", Universidad Distrital Francisco José de Caldas (Colombia), 2024

Publicación

32	Submitted to Esumer Institucion Universitaria Trabajo del estudiante	<1 %
33	repositorio.uandina.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
34	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
35	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %
36	documents.mx Fuente de Internet	<1 %
37	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
38	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
39	repository.uniminuto.edu Fuente de Internet	<1 %
40	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	<1 %
41	Submitted to Universidad Da Vinci de Guatemala Trabajo del estudiante	<1 %



42	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
43	Submitted to ucsc Trabajo del estudiante	<1 %
44	Submitted to Universidad de San Martín de Porres Trabajo del estudiante	<1 %
45	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
46	portal.amelica.org Fuente de Internet	<1 %
47	Editorial Mar Caribe, Anna Katuska Grados Espinoza, Herbert Junior Grados Espinoza, Enrique Díaz Vega et al. "Ansiedad escolar y el logro de los aprendizajes en estudiantes de secundaria", Open Science Framework, 2023 Publicación	<1 %
48	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
49	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas      Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía      Activo

x



**LUDWING DARIO ALFARO GARCIA**  
0000-0002-9584-9925  
ASESOR

## DEDICATORIA

A mis padres, Maritza Silva y Eduardo Gallegos fuente inagotable de amor y apoyo, cuyo sacrificio y dedicación han sido mi inspiración constante. A mis amigos, por su aliento incondicional y risas compartidas que hicieron este viaje académico más ligero. A mis profesores, cuyas enseñanzas han iluminado mi camino hacia el conocimiento. A todos aquellos que, de una forma u otra, contribuyeron a este logro, les dedico con gratitud este trabajo. Que esta tesis sea un pequeño reflejo de la gratitud que siento hacia quienes me han acompañado en este viaje.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi total agradecimiento eterno a Dios, autor principal durante todo este proceso de mi formación académica, su amor y misericordia han guiado cada paso en mi vida, sin su guía y su dirección nada fuese posible, todos los logros alcanzados hasta aquí son por su gracia, cada bendición recibida, cada fuerza otorgada en momentos difíciles, son testimonios de su fidelidad.

Expreso mi gratitud a la Universidad Nacional de Tumbes. También quiero expresar mi sincero agradecimiento al Magíster Ludwing Darío Alfaro García, mi asesor académico, quien me brindó orientación y dirección durante todo el proceso de elaboración de mi tesis. Asimismo, agradezco el apoyo de mi compañero Jesús Barcenes, una persona muy especial en este proceso de formación y en mi vida.

Quiero culminar expresando mi gratitud a todos aquellos que formaron parte de este camino. Sus consejos, su apoyo emocional y sus abrazos fueron indispensables para continuar y avanzar. A todos ellos, infinitas gracias; sus vidas son una bendición.

## INDICE

DEDICATORIA .....	xi
AGRADECIMIENTO .....	xii
INDICE.....	xiii
INDICE DE TABLAS .....	xiv
INDICE DE ANEXOS .....	xv
RESUMEN .....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
I. INTRODUCCIÓN:.....	18
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA (ESTADO DEL ARTE) .....	26
III. MATERIALES Y MÉTODOS .....	46
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	46
3.2. HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES .....	47
3.3. DEFINICIÓN DE VARIABLES:.....	47
3.4. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO:.....	47
3.5. CRITERIOS DE SELECCIÓN .....	49
3.6. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	49
3.7. PROCESAMIENTO DE ANÁLISIS DE DATOS.....	52
3.8. ASPECTOS ÉTICOS .....	52
IV. RESULTADOS .....	54
V. DISCUSIÓN .....	62
VI. CONCLUSIONES.....	70
VII. RECOMENDACIONES .....	72
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	73
IX. ANEXOS .....	86

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> <i>Relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación Académica.....</i>	52
<b>Tabla 2:</b> <i>Nivel de Adicción a las redes sociales en estudiantes del nivel secundario en una institución Educativa de Tumbes-2023.....</i>	53
<b>Tabla 3:</b> <i>Nivel de las dimensiones a la adicción de las redes sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Tumbes-2023.....</i>	54
<b>Tabla 4:</b> <i>Niveles de procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.....</i>	55
<b>Tabla 5:</b> <i>Correlación entre las dimensiones adicción a las redes sociales con la variable de procrastinación académica.....</i>	56
<b>Tabla 6:</b> <i>VARIABLES sociodemográficas del uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes.....</i>	57
<b>Tabla 7:</b> <i>Adicción a las redes sociales según el sexo.....</i>	58
<b>Tabla 8:</b> <i>Procrastinación Académica según el sexo.....</i>	59

## INDICE DE ANEXOS

<b>Anexo 1:</b> <i>Matriz de operacionalización de variables</i> .....	84
<b>Anexo 2:</b> <i>Matriz de consistencia</i> .....	86
<b>Anexo 3:</b> <i>Ficha técnica del Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)</i> .....	87
<b>Anexo 4:</b> <i>Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)</i> .....	88
<b>Anexo 5:</b> <i>Validez y confiabilidad del Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)</i> .....	90
<b>Anexo 6:</b> <i>Ficha técnica de la Escala de Procrastinación Académica</i> .....	91
<b>Anexo 7:</b> <i>Cuestionario de la Escala de Procrastinación Académica</i> .....	92
<b>Anexo 8:</b> <i>Validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)</i> .....	94
<b>Anexo 9:</b> <i>Consentimiento informado</i> .....	95
<b>Anexo 10:</b> <i>Asentimiento informado</i> .....	96
<b>Anexo 11:</b> <i>Resolución de designación de jurados</i> .....	97
<b>Anexo 12:</b> <i>Resolución de aprobación de proyecto</i> .....	99

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo principal determinar la correlación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundaria de un establecimiento educativo en Tumbes durante el año 2023. Esta investigación adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo-correlacional, de corte transversal. En este estudio se contó con una población de 764 estudiantes, de los cuales se empleó una muestra total de 255 estudiantes del nivel secundario, entre ellos varones y mujeres, a los cuales se les aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Para ello, se hizo uso de la R de Spearman. El estudio mostró los siguientes hallazgos: un valor de significancia de 0.000, lo que indica un nivel de confianza del 100%, asimismo, al observar el análisis de coeficiente de correlación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, según Montes et al.(2021), se obtuvo una correlación positiva media entre las variables, indicando que a medida que aumenta la Adicción a las Redes Sociales, también tiende a incrementar la tendencia a la Procrastinación Académica.

Palabras clave: Adicción a redes sociales, procrastinación académica.



## **ABSTRACT**

The main objective of this research work was to determine the correlation between the use of social networks and procrastination in secondary school students of an educational establishment in Tumbes during the year 2023. This research adopted a non-experimental quantitative design, with a descriptive-correlational, cross-sectional approach. In this study, there was a population of 764 students, of which a total sample of 255 secondary school students was used, including men and women, to whom the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) was applied and the Academic Procrastination Scale (EPA). For this, Spearman's R was used. The study showed the following findings: a significance value of 0.000, which indicates a confidence level of 100%, also, when observing the correlation coefficient analysis between the use of social networks and academic procrastination, according to Montes et al.(2021), a medium positive correlation was obtained between the variables, indicating that as Social Media Addiction increases, the tendency towards Academic Procrastination also tends to increase.

Keywords: Addiction to social networks, academic procrastination.

## I. INTRODUCCIÓN:

A lo largo de la historia, las personas han empleado diversas y nuevas formas para comunicarse, desde hacer uso del lenguaje de señas, hasta lograr emplear un tipo de comunicación a distancia, Lo que antes se consideraba inalcanzable ahora se ha materializado como una realidad tangible, gracias a los avances de la ciencia y la tecnología, mediante dispositivos tecnológicos sofisticados. Anteriormente el primer medio de comunicación moderno fue la telegrafía, seguido rápidamente por el teléfono, la radio, la televisión, la transmisión por cable y satélite, y, por supuesto, el Internet. El desarrollo de estos medios de comunicación ha ocurrido principalmente en los últimos 150 años donde se observó un aumento notable en la utilización de Internet (Galaz & Ruiz, 2014).

Los avances tecnológicos han tenido un impacto profundamente significativo en la estructura social de nuestra sociedad. Esta transformación se remonta al nacimiento de Internet, concebida por el Departamento de Defensa de los Estados Unidos, que ha sido fundamental para impulsar la evolución de una serie de maravillas tecnológicas, como las computadoras, los teléfonos inteligentes y las tabletas. (Arab & Díaz, 2015).

En la actualidad, el internet es uno de los avances tecnológicos más relevantes. Su desmedido uso ha provocado un aumento notable en la participación de las redes sociales, lo que a su vez, ha fomentado conductas poco adaptativas entre los estudiantes (Pinto, 2018). Numerosas Investigaciones han demostrado que estas plataformas influyen significativamente en el crecimiento personal y social de los jóvenes, al facilitarles innovadoras formas de conocimiento y aprendizaje (Echeburúa & Requesens, 2012). Sin embargo, han surgido muchas preocupaciones en relación a las posibles consecuencias negativas que se derivarían del excesivo uso de estas plataformas.

Una de las preocupaciones más alarmantes, es el impacto que estas redes tienen en el rendimiento académico de los adolescentes, así como su influencia en la dinámica familiar (Álvarez de Sotomayor et al., 2019). Este desproporcionado uso, ha modificado la comunicación dentro de los hogares, lo que ha generado dificultades en torno a las relaciones de padres e hijos (Marín Díaz & García Fernández, 2003). Además, la accesibilidad hacia las diversas plataformas digitales como herramientas para la enseñanza y el aprendizaje de los estudiantes, se ha incrementado notablemente en los últimos tiempos, cada vez es mayor el índice de personas que utilizan sus dispositivos móviles e internet para sus actividades diarias (Alcívar-Moreira & Yáñez-Rodríguez, 2021).

El inapropiado uso con las redes sociales puede generar grandes cambios y desafíos en el ámbito estudiantil, el descuido frente a las responsabilidades académicas es una de ellas, lo que, en consecuencia, amplifica los sentimientos de culpa, estrés, desmotivación o vergüenza, especialmente cuando no se cumple con los plazos de entrega, lo que incrementa la carga de trabajo (Alblwi et al., 2020). La distracción durante las actividades cotidianas puede dificultar el cumplimiento de sus responsabilidades académicas, generando un impacto adverso en su desarrollo educativo Ozgur et al.(2014).

Otro aspecto importante relacionado con los efectos adversos de estas plataformas es el nivel de autoestima, ya que la constante exposición a la crítica por parte de los demás, influye en la autovaloración y la aceptación personal, desencadenando sentimientos de angustia, ansiedad y depresión (Hou et al., 2019).

Este excesivo uso puede dar lugar a comportamientos disfuncionales, como la necesidad de estar conectado o la revisión constante del celular o la computadora. Esto ocurre porque las redes sociales están diseñadas para modificar la conducta de quienes emplean un desmesurado uso, mediante reforzamientos positivos, promoviendo que el usuario actualice repetidamente la

página principal para acceder a nuevo contenido, generando una sensación de dependencia (Echeburúa & Requesens, 2012).

El elevado crecimiento del uso de las Tecnologías de Información y Comunicación es indudable en el Perú, Según los datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el uso de internet como medio de comunicación e interacción ha aumentado durante los últimos 6 años. En el tercer trimestre del 2019, el 93,9% de los hogares contaba con al menos una TIC (INEI, 2019), incrementándose al 94,3% en 2020 (INEI, 2021) y al 95,3% en 2021(INEI, 2022). En 2023, esta cifra alcanzó el 96,2%, y para el primer trimestre de 2024, el nivel se mantuvo en 96%. Comparado con 2019, se observa un aumento total de 2,9 puntos porcentuales (INEI, 2024).

Esta nueva herramienta se han integrado en varios aspectos de la vida diaria (Arab & Díaz, 2015), pero también han propiciado la procrastinación, la postergación de tareas y las responsabilidades académicas (L. Flores, 2022). Estas acciones representan un problema multifacético que influye en todos los niveles y grados, asimismo, este comportamiento conlleva a aplazar habitualmente tareas esenciales, cruciales para nuestro crecimiento, optando en su lugar otras actividades menos importantes, pero más agradables (Quant & Sánchez, 2012).

San Martín & Mujica (2010), destacan que la mayor prevalencia de uso de las redes sociales y la tecnología, tiene como principales usuarios a los niños, adolescentes y jóvenes. Las plataformas digitales como Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, WhatsApp, Snapchat, y la recientemente popular Tik Tok se han convertido en parte esencial de la vida diaria de estos grupos, lo que a menudo afecta al correcto funcionamiento de sus capacidades y la concentración para realizar diferentes actividades (Gómez & Marín, 2017).

El adecuado uso de las redes sociales facilita el intercambio de información en los diferentes ámbitos personales, académicos y laborales, su uso excesivo puede generar dependencia y afectar las interacciones sociales fuera del entorno virtual (Arteaga et al., 2022).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adicción a las redes sociales, como un patrón de comportamiento repetitivo que genera una necesidad incontrolada de usar estas plataformas, lo cual está asociado con altos niveles de ansiedad, que afectan aspectos de nuestra vida (Serri, 2018). A nivel Mundial, existen investigaciones que han documentado que una gran parte de la población pasa entre 30 minutos y una hora al día en las redes sociales, con una tendencia creciente en el uso diario de estas plataformas (Purita, 2015). Este excesivo uso impacta negativamente en el desarrollo emocional y social, especialmente en adolescentes y jóvenes, quienes suelen pasar una gran cantidad de tiempo en ellas (Hou et al., 2019).

El acceso generalizado a Internet ha permitido tanto a profesores como a estudiantes aprovechar cada una de estas plataformas para la enseñanza y el aprendizaje (Sánchez-Rodríguez et al., 2015). No obstante, estudios recientes han demostrado que el uso desmedido de estas tecnologías han llevado a un incremento en la procrastinación (Ramírez-Gil et al., 2022). La procrastinación, es entendida como el aplazamiento intencional de tareas, y está relacionada con las expectativas de la persona y las consecuencias percibidas por el entorno, cuando una tarea se considera aburrida o tediosa, la persona tiende a postergarla (Sánchez, 2010).

En Perú, se ha evidenciado que el excesivo uso de las redes sociales entre la población juvenil es alto, un estudio del diario La República indica que el 93.2% tiene más de un perfil en diversas plataformas, y su uso excesivo está vinculado a la procrastinación y a un menor rendimiento académico (GESTIÓN, 2019).

Según el Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur (IPSOS) el 66% de los peruanos tiene acceso a internet, siendo los adolescentes de 14 a 17 años (85%) y jóvenes de 18 a 34 años (74%) los principales usuarios. Ambos grupos priorizan las redes sociales, descuidando sus actividades académicas e interpersonales (Fundación MAPFRE, 2018).

Estas plataformas digitales no solo fomentan la procrastinación, sino que también ejercen un poder significativo sobre la implementación de nuevos hábitos que favorezcan o no la vida de los estudiantes, lo que genera una serie de problemas cada vez más preocupantes (Mejía, 2015). En un estudio realizado por Pavón (2015), señala que los estudiantes se enfrentan a resultados académicos deficientes, ausencias frecuentes a clase y diversos desafíos, todo ello relacionado con la influencia generalizada de las redes sociales en su vida.

A pesar de la creciente participación de los jóvenes en las redes sociales y de sus posibles repercusiones en la procrastinación, existe una escasez de investigaciones sobre este tema en Tumbes. Con este objetivo, esta tesis se centró en responder a la pregunta fundamental: ¿Cuál es la relación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes en el año 2023?

La presente investigación es importante, ya que sus hallazgos podrían ser útiles y de gran ayuda para los educadores, los profesionales de la salud mental y quienes diseñan las políticas educativas, al proporcionar una visión más profunda del impacto de las redes sociales en la procrastinación y el éxito académico de los estudiantes. Con este conocimiento, es posible elaborar estrategias innovadoras que permitan a los estudiantes optimizar su tiempo y sus recursos, fomentando así el logro académico y el bienestar general.

En ese mismo sentido, esta investigación resalta la importancia de las posibles consecuencias negativas que el uso inadecuado de las redes sociales puede tener en el comportamiento de los jóvenes.

Teóricamente, la presente investigación contribuirá a la comprensión de fundamentos teóricos que abordan el uso de las redes sociales, como una problemática frente a la procrastinación en estudiantes de secundaria en Tumbes. Esto permitirá obtener una perspectiva más detallada y localizada sobre la realidad en la que se encuentra nuestra región. La elección de enfocarse en estudiantes de secundaria se presenta como una oportunidad para explorar aspectos específicos, como factores culturales y socioeconómicos los cuales pueden incidir en dicha dinámica.

Desde el punto de vista práctico, los hallazgos del presente estudio permitirán diseñar estrategias y programas educativos encaminados a abordar la problemática del uso de las redes sociales, así como también brindar estrategias de solución para reducir la procrastinación. Identificar patrones específicos de uso que propician la procrastinación proporcionará a educadores y padres herramientas para implementar intervenciones efectivas, como el límite de uso, con el fin de promover prácticas digitales saludables y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

Metodológicamente, el presente estudio se distinguirá por la utilización de herramientas psicométricas previamente validadas, para ello se hizo uso del cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS) y la Escala de procrastinación (EPA) con la finalidad de obtener datos concretos en base a ambas variables. Esta decisión en la metodología no solo garantiza la obtención de datos exactos y fiables, sino que también mejora la calidad y la profundidad del análisis, posibilitando una comprensión más minuciosa de las variables objeto de estudio.

En cuanto a la justificación social, los resultados del presente estudio tendrán un impacto relevante en la comunidad local de Tumbes, especialmente en los estudiantes del nivel secundario, asimismo, tal información obtenida podrá ser aplicable a regiones similares. Estos hallazgos serán útiles para desarrollar programas locales de sensibilización y políticas educativas orientadas en promover el uso responsable de redes sociales, con el objetivo de reducir la procrastinación y mejorar el bienestar y éxito académico de la juventud tumbesina.

El objetivo principal de esta investigación ha sido determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes en el año 2023.

El primer objetivo específico fue analizar el grado de uso de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes-2023. El segundo objetivo que se planteó fue evaluar los niveles de procrastinación en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes-2023. El tercer objetivo analizar la correlación entre las dimensiones del uso de las redes sociales con la variable de procrastinación académica. Como cuarto y último objetivo se planteó caracterizar las variables sociodemográficas de los estudiantes de secundaria que utilizan las redes sociales en la misma institución.

Asimismo, el presente estudio está estructurado en los siguientes apartados: Capítulo I, comprende la Introducción, la presentación del problema, la hipótesis de investigación, el objetivo general, los objetivos específicos y la justificación. Capítulo II: Revisión del estado del arte, abarcando antecedentes a nivel internacional, a nivel nacional y local, así como los elementos teóricos y la fundamentación teórica. Capítulo III: Materiales y métodos, incluyendo la clasificación de la investigación, la descripción de la población y muestra, métodos de muestreo, instrumentos de la recopilación de datos, detalles sobre la descripción y análisis de los datos, y los principios éticos aplicados. Capítulo



IV: Exposición y análisis de los resultados obtenidos en relación con la matriz de variables. Capítulo V: Presentación de las conclusiones y recomendaciones. Como cierre, se detalla la bibliografía y se adjuntan los anexos, que contiene la matriz de consistencia, fichas técnicas, ejemplares de los instrumentos utilizados, el consentimiento u asentimiento informado y las resoluciones.

## II. REVISIÓN DE LA LITERATURA (ESTADO DEL ARTE)

A lo largo de los últimos años, diversos estudios han explorado la correlación sobre el uso de redes sociales y la procrastinación académica. Díaz (2018), señala que el uso excesivo de estas plataformas no solo interfiere con el tiempo dedicado al estudio, sino que también afecta la capacidad de concentración y organización del tiempo, elementos esenciales para un buen rendimiento académico.

Por otro lado, Peñalba & Imaz (2019), explican que las primeras fases de las redes sociales se remontan mucho antes de lo que comúnmente se cree. Desde los primeros intentos por establecer conexiones para la comunicación en Internet, ya se estaban formando redes, que se consideran los elementos clave que con el tiempo evolucionaron hasta convertirse en las redes sociales contemporáneas que hoy conocemos.

Entre los primeros sitios web considerados redes sociales destaca GeoCities, creado en 1994, el cual permitía a las personas diseñar sus propias páginas web y organizarlas según el tipo de contenido. Para 1995, ya había más de un millón de sitios web, y comenzaron a aparecer algunas plataformas que hoy se consideran las primeras redes sociales, como TheGlobe y Classmates. TheGlobe les permitía a los usuarios compartir cosas e interactuar con otros con intereses parecidos, Classmates, por su parte, es visto por muchos como la primera red social, ya que ayudaba a las personas a reconectarse con sus compañeros de clase, algo que después harían plataformas como Facebook (Chunga, 2016).

Además, académicos como Boyd y Ellison, citados por J. Flores et al.(2009), definen las redes sociales como plataformas que permiten a los usuarios crear perfiles adaptados a diferentes objetivos, ya sean públicos o privados. A través de estas plataformas, los usuarios pueden generar una lista de contactos con quienes mantienen conversaciones sobre intereses tanto personales como sociales.

De manera similar, Ramos & Mireya (2009), afirman que las redes sociales son plataformas de interacción y comunicación que permiten a los individuos realizar intercambios dinámicos con diversas personas, ya sea dentro o fuera de su entorno social o institucional. Estas redes se caracterizan por ser sistemas abiertos y en constante evolución, donde los usuarios construyen activamente sus propias conexiones.

Asimismo, el Instituto Nacional de Tecnología y la Agencia Española de Protección de Datos, postulan que las redes sociales son servicios facilitados a través de Internet que permiten a los usuarios crear perfiles para compartir información y datos personales relevantes a sus intereses. Además, estas plataformas no solo promueven las interacciones de los usuarios, sino que también permiten reconocer a las personas en función de las características que muestran en sus perfiles (Instituto Nacional de Tecnología de la Comunicación (INTECO) & Agencia Española de Protección de Datos (AEPD), 2009).

En este marco, Feenberg, como se menciona en (Haji, 2020), afirma que las redes sociales son plataformas dinámicas en constante cambio que se adaptan a las demandas de sus usuarios, al panorama competitivo y a las innovaciones en tecnología que siguen surgiendo. Por su parte, Urueña et al.(2011), observan que las interacciones que se forman en estos entornos pueden variar mucho: pueden ser formales o casuales, superficiales o profundas, frecuentes o esporádicas.

Echeburúa & Requesens (2012), destacan que las redes sociales son plataformas virtuales diseñados para fomentar la interacción humana, lo que permite compartir y expresar emociones, sentimientos y experiencias. Sin embargo, advierten que estas conexiones evolucionan continuamente y pueden ejercer una influencia tan potente que pueden llevar a la dependencia. En esta línea, Shensa et al.(2017), subrayan que la dependencia de las redes sociales representa una condición que limita la capacidad de una persona para expresarse libremente.

Por otro lado, en nuestra era moderna, las redes sociales han transformado profundamente la realidad que nos rodea, creando nuevas vías y formas de comunicación a través de diversas plataformas digitales, lo que constituye una característica fundamental de este fenómeno innovador, las cambiantes demandas por parte de la sociedad han estimulado el surgimiento de las redes sociales, las cuales ejercen influencia en varios ámbitos de la vida (Mohammed & Ramirez, 2009). Dada su profunda influencia, las redes sociales siguen siendo un punto central de investigación en multitud de entornos, lo que ha llevado al surgimiento de varios modelos y teorías que se esfuerzan por esclarecer las complejas relaciones entre estas plataformas (Climent, 2012).

Un marco interesante es el modelo de adicción biopsicosocial de Griffiths, que profundiza en una dimensión biopsicosocial y establece paralelismos entre las dependencias químicas y los comportamientos relacionados con las tecnologías emergentes. Griffiths percibió sorprendentes semejanzas en estos patrones de conducta, lo que lo llevó a identificar 36 criterios clínicos que coinciden tanto con las dependencias químicas como con los relacionados con las tecnologías modernas, como la tolerancia, los síntomas de abstinencia, las fluctuaciones del estado de ánimo, los conflictos interpersonales y las recaídas. Esta perspectiva subraya la importancia de elementos como la dinámica social, la globalización y la normalización de los comportamientos al inicio de las tendencias adictivas (Griffiths, 2005) como se citó en (Alarcón, 2021).

De manera similar, Gutiérrez propone un marco conceptual en el que describe tres etapas de dependencia al Internet. La primera, etapa de encanto, donde la persona explora y descubre el mundo digital y sus múltiples beneficios, lo que incrementa el uso de medios interactivos y fortalece la dependencia. La segunda, etapa de desencanto, caracterizada por una sensación de saturación y agotamiento frente al uso excesivo de Internet. Finalmente, en la etapa de estabilidad, el uso de Internet se integra de forma equilibrada en las actividades laborales y cotidianas de la persona (Gutiérrez-Maldonado, 2009).

En relación a las teorías conductuales, la teoría de Skinner citado en (Lima, 2022), a través del condicionamiento operante, proporciona un análisis claro sobre cómo se desarrollan y mantienen las conductas disfuncionales, especialmente en el contexto de adicciones no convencionales o conductuales. Para Skinner, las conductas se aprenden y se refuerzan en función de estímulos específicos que actúan como reforzadores en el entorno de la persona.

Por su parte, el modelo propuesto por Escurra y Salas, toma como base la definición del DSM-IV sobre las adicciones mentales, el cual concibe la adicción a las redes sociales como una reacción a los comportamientos perjudiciales que influyen profundamente en la existencia de un individuo. Este modelo identifica tres dimensiones clave para medir esta adicción: la obsesión por las redes sociales, que se manifiesta como una necesidad constante de uso y ansiedad relacionada; la falta de control personal, que implica una escasa regulación de emociones y comportamientos vinculados al uso de redes; y el uso excesivo, donde se pierde el control sobre el tiempo dedicado a estas plataformas (Escurra & Salas, 2014).

Según Echeburúa & Requesens (2012), enumeraron varios rasgos característicos que son parte fundamental al momento de iniciar los primeros encuentros dentro del entorno virtual, los que a su vez, desencadenan la dependencia a las redes sociales, como la accesibilidad sencilla, la capacidad

limitada para establecer límites y la sensación de anonimato, entre otros, que se detallan a continuación:

- a) Factores personales: Existen características individuales como los rasgos únicos que pueden hacer que una persona sea psicológicamente susceptible a participar en acciones peligrosas y caer en la adicción. Estos rasgos abarcan varios atributos de la personalidad, como una impulsividad elevada, una disforia persistente, una mayor tolerancia a las experiencias placenteras, una búsqueda sin fin de encuentros emocionantes y una postura escéptica y desafiante ante las normas sociales. En ocasiones, esto lleva a que la persona intente suplir sus necesidades afectivas a través del consumo de drogas o de conductas adictivas.
  
- b) Factores familiares: Cuando una familia no actúa como una unidad central que imparte principios vitales que ayuden a fomentar conductas sólidas y adaptativas, aumenta la probabilidad de fomentar la dependencia a diversas sustancias o acciones desadaptativas. Las familias que adoptan un enfoque autoritario en la crianza proporcionan un marco basado en sobrepasar las reglas y falta de responsabilidad. Del mismo modo, los padres que adoptan un estilo permisivo se caracterizan por la ausencia de un modelo a seguir, lo que amplifica los sentimientos de vacío emocional; sin límites establecidos, lo que conlleva a que los niños pueden mostrarse impulsivos o caprichosos.
  
- c) Factores sociales: Cuando una persona cae presa de las trampas de la tecnología, le resulta mucho más fácil sumergirse en el amplio ámbito de las redes sociales; la aceptación dentro de las redes amplifica la participación en estas plataformas, ya que alienta a los niños, adolescentes y jóvenes a interactuar en este espacio digital sin ningún tipo de supervisión. Además, en la sociedad contemporánea, tener una amplia presencia en las redes sociales se ha convertido en un indicador importante de prestigio social, lo que alimenta la ambición de una persona de seleccionar perfiles personales que afirmen su identidad dentro de este medio virtual.

Estos jóvenes se destacan por ser usuarios multitarea, capaces de realizar varias actividades al mismo tiempo, como hacer la tarea escolar, estar pendientes del móvil y escuchar música simultáneamente. El atractivo de compartir imágenes y vídeos es otra fuerza magnética que atrae a los jóvenes a las plataformas de redes sociales, un fenómeno que se ha multiplicado con la llegada de la tecnología móvil. En este panorama, el teléfono móvil se ha convertido en la piedra angular fundamental tanto de las interacciones sociales como de nuestra existencia cotidiana (Echeburúa & Requesens, 2012).

Chen (2023), destaca características de la adicción a las redes sociales en adolescentes. En primer lugar, resulta evidente que estos jóvenes son particularmente vulnerables a la influencia de las plataformas en línea, que influyen profundamente en sus pensamientos, sentimientos y acciones. En segundo lugar, invierten cantidades significativas de tiempo y energía en interactuar con estos sitios, y su frecuencia de uso aumenta continuamente. En tercer lugar, pueden enfrentarse a desafíos emocionales como la ansiedad y la depresión. En cuarto lugar, pueden presentar efectos físicos adversos, como el insomnio y la disminución de la calidad del sueño. En última instancia, sufren fuertes trastornos emocionales si se les restringe el acceso, lo que puede provocar disputas y una disminución de las interacciones sociales cara a cara.

En cuanto a la clasificación de redes sociales Moreno (2015), las divide en dos tipos distintos: redes generalistas u horizontales, que invitan a la participación sin barreras relacionadas con la edad, el género, los intereses o el origen cultural, como Facebook, Twitter y Google. En cambio, las Redes sociales de nicho o verticales agrupan a usuarios con intereses, objetivos o fines específicos, frecuentemente de carácter profesional o particular, incluyendo plataformas como LinkedIn, Xing, MySpace, Pinterest, y en el ámbito educativo, Edmodo y Schoology.

De manera similar, Dans (2010), clasifica las redes sociales en dos categorías: personales y profesionales: la primera agrupa contactos y amigos con intereses en común, mientras que la segunda se enfoca en vínculos formales de tipo laboral. Asimismo, Dans critica la creciente influencia de las redes en la sociedad actual, señalando que el futuro enfrentará una "fuerte lucha para adaptar los derechos de los ciudadanos al nuevo entorno digital".

Finalmente, Prensky (2010), sostiene que hay una correlación directa entre la edad de las personas y su participación en las redes sociales. Así lo confirma AntonSon & Wendels (2008), donde identificaron dos tipos de usuarios en las redes sociales: los nativos digitales y los inmigrantes digitales, quienes se aproximan y consumen contenidos en el entorno digital de formas distintas.

Los nativos digitales surgieron después de la década de 1980, una época en la que empezaron a aparecer las primeras herramientas digitales. Tuvieron la oportunidad de interactuar con estas innovadoras plataformas en línea y poseían la habilidad necesaria para navegar por ellas sin esfuerzo. No solo utilizan nuevas tecnologías, sino que también dependen de ellas en gran medida.

Los inmigrantes digitales, son aquellas personas que utilizan tecnologías modernas, pero que no las tuvieron desde su nacimiento. Como resultado, carecen de los conocimientos inherentes necesarios para su uso y deben pasar por un proceso de aprendizaje para entender cómo funcionan. Algunas personas logran adaptarse a esta curva de aprendizaje con más facilidad que otras. A diferencia de los nativos digitales, los inmigrantes digitales suelen mantener una separación entre su vida en línea y sus experiencias en el mundo real (AntonSon & Wendels, 2008).

Los usuarios construyen lo que hoy se conoce como una red de contactos, en la cual pueden intercambiar distintos tipos de información según la red social que utilicen y el tipo de vínculo que establezcan. Este círculo de conexiones tiende a



replicarse, formando una cadena de relaciones en continuo crecimiento (Balarezo & Llivichuzca, 2015).

Sarkar (2023), clasifica la adicción a las redes sociales en tres niveles: no adicción, adicción potencial y adicción aguda. En el nivel inicial, la exploración de las redes no es más que una aventura curiosa, que no afecta nuestra vida de manera significativa. En el segundo nivel, la frecuencia de participación en las redes sociales aumenta y comienza a influir significativamente en nuestras actividades tanto personales como educativas. Finalmente, en el nivel de adicción severa, desaparece toda apariencia de control, impactando gravemente nuestras vidas, lo que a su vez ha afectado el rendimiento académico como las relaciones personales.

El estudio de Lázaro (2020), indica que en la adolescencia la mayoría ya tiene un perfil en redes sociales. De acuerdo con el informe "Las TIC y su influencia en la socialización de los adolescentes", solo un 6% de los adolescentes españoles, entre 14 y 16 años, afirma no tener una cuenta en redes. Más del 60% señala que tiene más de un perfil, y la gran mayoría admite hacer un uso excesivo de estas plataformas.

En la sociedad actual, el acceso a las nuevas tecnologías se ha vuelto una habilidad que han desarrollado con rapidez, ya que en sus hogares disponen de dispositivos como ordenadores, conexión a Internet y teléfonos móviles, entre otros (Soler & Latorre, 2024). Según Terán, citado en (Núñez -Guzmán & Cisneros-Chavez, 2019), el uso excesivo de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación, en particular de las redes sociales, ha provocado diversos cambios en la conducta de las personas, especialmente en niños, adolescentes y jóvenes. Estos cambios han impactado distintos aspectos de su vida, afectando significativamente sus relaciones familiares y sociales. En consecuencia, esta falta de supervisión sobre estas plataformas ha generado un sinnúmero de desafíos que afectan diversas actividades.

Hay varios factores que contribuyen a la adicción de los adolescentes a las redes sociales, como la facilidad de acceso a Internet, la disponibilidad constante de plataformas, la falta de restricciones, la sensación de aislamiento y la falsa sensación de anonimato, todo ello junto con los costos mínimos asociados al servicio. Estas afecciones fomentan una participación excesiva, lo que puede provocar problemas de salud tanto física como mental, como trastornos de los patrones de sueño, aumento de la ansiedad y la depresión, lo que, en última instancia, dificulta el desarrollo académico y social de los adolescentes (Chen, 2023).

El excesivo uso de estas plataformas conlleva a consecuencias significativas en diversos aspectos de la vida, afectando tanto el bienestar emocional como las relaciones personales (Armaza, 2023). A continuación, se analizan las principales repercusiones de este desproporcionado uso:

El uso excesivo de las redes sociales puede conducir a un deterioro de los lazos sociales y las capacidades interpersonales, fomentando una visión poco realista de estas conexiones (Jimenez & Morreale, 2015). El impacto de las redes sociales es evidente en varios ámbitos críticos: la disminución de la supervisión de los padres promueve la independencia y la confidencialidad; el acceso sin restricciones a diversos contenidos, incluida la pornografía, tiene el potencial de cambiar la mentalidad y los comportamientos (Yu, 2023). Como destaca Turp (2020), la falta de límites con respecto al uso de las redes sociales puede provocar una pérdida de control y una dependencia psicológica significativa, así como una disminución del interés por las actividades agradables, lo que afecta a la vida cotidiana.

Por último, Ecurra & Salas (2014), detallan tres dimensiones de la adicción a redes sociales:

1. Obsesión por las redes sociales: Los autores «hacen hincapié en el deseo que tienen las personas de permanecer vinculadas sin cesar, ya que se

preocupan por lo que ocurre en las plataformas sociales, lo que genera una sensación de preocupación e inquietud». Estas tendencias, sostienen los autores, influirán profundamente en las personas en sus esfuerzos diarios, haciéndolas incapaces de concentrarse, aumentando sus niveles de estrés y, potencialmente, haciéndolas más retraídas, lo que a su vez lleva a descuidar sus responsabilidades e incluso asuntos personales.

2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales: En este aspecto, las personas suelen experimentar una sensación de incomodidad derivada de su desconexión con el mundo digital, ya sea debido a interrupciones de Internet o a un mal funcionamiento de los dispositivos, una situación que puede afectar a su vida personal y académica; no pueden resistirse al impulso de permanecer conectados, tanto que, en el momento en que se levantan, ya están hojeando sus redes, preocupados perpetuamente por los últimos acontecimientos o por lo que sus compañeros comparten.
  
3. Uso excesivo de las redes sociales: Como destacan Ecurra & Salas (2014), esta faceta resume la «ausencia de autorregulación en lo que respecta a la interacción con las plataformas sociales, ya que con frecuencia se supera el tiempo asignado que se considera apropiado para dichas actividades, según su valor percibido, y a menudo tropiezan con el desafío de separar o reducir sus horas en línea». Este fenómeno afecta predominantemente a los jóvenes estudiantes, que dedican una parte importante de su día a estas plataformas, ya que las perciben como esenciales para el estudio, la recopilación de información y la comunicación, y a menudo invaden su tiempo libre; pierden la noción del tiempo, lo que con frecuencia interrumpe sus compromisos profesionales o de estudio.

Como segunda variable se encuentra la procrastinación, considerada por Ferrari y Emmons citado en (R. Carranza & Ramírez, 2013), como aquel patrón de comportamiento caracterizado por retrasar injustamente las tareas que deben completarse en un determinado período de tiempo, a medida que estas conductas se interiorizan desencadenan un patrón repetitivo en la vida del ser humano. Asimismo, se ha demostrado que otros factores como el uso de nuevas tecnologías conlleva a la conducta de procrastinar, los aparatos electrónicos ofrecen numerosas actividades que distraen, como escuchar música, ver vídeos, jugar en línea o navegar por las redes sociales. Estas desviaciones dificultan la realización de las tareas necesarias (Thakkar, 2010).

La definición del término procrastinación, con el pasar del tiempo, ha ido modificándose, tomándose otra connotación. En la actualidad, de acuerdo con los diversos enfoques, autores y teorías que han centrado su interés en esta variable, se considera que existen diferentes y controvertidas características al momento de definirla (Ruiz de la Cruz, 2020).

De acuerdo con Sánchez (2010), La procrastinación se caracteriza por un comportamiento que implica la evitación, que ocurre cuando una tarea está vinculada a sentimientos negativos o incómodos, lo que resulta en la elección de retrasarla. Este comportamiento, que se distingue por buscar alivio inmediato y estabilidad, tiene repercusiones a largo plazo en diversos aspectos de la vida personal, social y familiar.

Por otro lado, autores como Eckert et al.(2016), mencionan que la procrastinación puede entenderse como una reacción ante estados emocionales no deseados y una dificultad para lidiar con sentimientos negativos. Esto conduce a que las personas posterguen sus responsabilidades con el objetivo de evitar enfrentarse a su estado emocional, lo que a su vez afecta su desempeño académico como aspectos importantes de su vida.

En esa misma línea, Timothy citado en (Inquilla et al., 2023), enfatiza que la tendencia a procrastinar nuestras actividades se debe a una respuesta emocional negativa que surge al enfrentarse a una tarea, lo que resulta en un enfoque evasivo para afrontarla. La característica principal de la procrastinación es que fomenta una mentalidad de posponer intencionalmente el cumplimiento de una tarea académica, a pesar de la conciencia de que este comportamiento no produce ventajas y, de hecho, es perjudicial (Steel, 2007).

Morales & Chávez (2017), definen a la procrastinación como aquella acción que lleva al individuo a retrasar o posponer diferentes actividades de su vida cotidiana, las actividades que se aplazan a largo tiempo tienen un inicio desde que se dejan pasar, debido a que en la actualidad la gran mayoría de los estudiantes no priorizan planificar sus actividades o tareas pendientes (Álvarez, 2010). Por otro lado, Ferrari citado en (Lima, 2022), resalta que la procrastinación en ocasiones es el resultado de la tensión que surge entre el deseo de los niños de obtener la aprobación de los padres y la necesidad de lograr esa aprobación mediante un rendimiento académico excepcional, lo que puede llevar a una actitud rebelde que, en última instancia, incita a la postergación.

Díaz-Morales (2019), señala que las personas que posponen para mañana lo que pueden lograr hoy suelen ser tildadas de abrumadoras e irresponsables, incluso, este tipo de personas suelen ser señaladas por otras que comparten inclinaciones y/o rasgos similares. En ese sentido, el autor subraya que no cumplir con las tareas programadas dentro del plazo designado está vinculado a una sensación particular de malestar. Por lo tanto, si este comportamiento se manifiesta con frecuencia en distintos aspectos fundamentales en la vida de un individuo, gradualmente se convierte en un procrastinador.

Según Lara (2018), citado por Fausto (2021), la procrastinación está vinculada a una serie de rasgos que muestran las personas cuando aplazan sus responsabilidades por una multitud de razones. Estos comportamientos no solo perpetúan el ciclo de procrastinación, sino que también aumentan las posibilidades de que reaparezca, transformando la procrastinación en un problema crónico que afecta negativamente a la vida de quienes la practican. En este sentido, Lara describe varios rasgos que nos permiten identificar a un procrastinador que a continuación se mencionan:

- a) Las creencias irracionales: Hace referencia a la autoimagen negativa que la persona tiene de sí misma, así como la disminución de la autoestima, que generan sentimientos de insuficiencia o incompetencia en el individuo.
- b) El perfeccionismo y el temor al fracaso: Obligan a las personas a retrasar las tareas y, a menudo, aducen la falta de tiempo como justificación para evitar enfrentarse a la ansiedad de no cumplir las expectativas, así como el miedo al fracaso.
- c) La ansiedad y el catastrofismo: Surgen a medida que aumentan las responsabilidades, lo que amplifica la sensación de agobio y obstruye la capacidad de priorizar y completar las tareas, a menudo acompañadas de una mentalidad pesimista.
- d) Rabia e impaciencia: El estrés diario puede provocar frustración e impaciencia, que pueden expresarse mediante un comportamiento agresivo dirigido hacia uno mismo o hacia el entorno.
- e) Necesidad de sentirse querido: Impulsa a algunas personas a emprender sus tareas principalmente para obtener la validación emocional o la aceptación de los demás.
- f) Sentirse saturado: la sensación de estar abrumado se manifiesta como resultado de la acumulación de tareas pendientes, lo que genera confusión e incapacidad para organizarse, lo que perpetúa el ciclo de procrastinación.

Dentro del modelo cognitivo-conductual se encuentra la Terapia Conductual Emocional Racional (TREC), reconocida como uno de los principales métodos para examinar la procrastinación. Como afirma Ellis, al que se hace referencia en Inquilla et al. (2023), la tendencia a posponer las tareas está asociada a las creencias irracionales que poseen las personas, lo que sugiere una correlación entre su autoestima y sus logros.

En ese sentido, La teoría cognitiva sugiere que las personas que postergan las cosas se caracterizan por un mecanismo cognitivo que gira en torno al procesamiento ineficaz de la información o las experiencias, lo que resulta en un análisis improductivo y en una incapacidad subyacente para participar en tareas académicas. Además, hay una tendencia a que surjan pensamientos intrusivos cuando no se cumplen los objetivos establecidos (Wolters, 2003).

En cuanto a la teoría psicodinámica postula que la procrastinación surge del miedo a cometer errores en los esfuerzos académicos, lo que sugiere que las personas pueden poseer las habilidades necesarias para completar una tarea específica; sin embargo, el temor al fracaso o la derrota es más profundo, lo que lleva al individuo a evadir tales obligaciones. Esta teoría aclara que las raíces de la procrastinación como estado desadaptativo se originan en la infancia, ya que este período moldea significativamente el desarrollo de la personalidad adulta, ya que está estrechamente vinculado a los procesos mentales inconscientes y a las luchas internas. En este sentido, las tareas se perciben como amenazas, lo que lleva al ego a evitarlas o a abstenerse de afrontarlas (Baker, 1989).

Finalmente, la teoría motivacional se refiere a la búsqueda del éxito, lo que lleva a las personas a cultivar una variedad de comportamientos dirigidos a alcanzar un objetivo o meta específicos; en consecuencia, pueden surgir dos actitudes distintas: la creencia en la posibilidad de lograr el éxito vinculada al deseo de cumplir sus intenciones o el miedo al fracaso visto como una respuesta a la posibilidad de no cumplir con las aspiraciones propias; por lo tanto, se enfatiza

que el logro de cualquier objetivo requiere la presencia de motivos o estímulos que potencien individual para lograr lo que ha planeado, por lo tanto, una persona que posterga las cosas muestra una falta de motivación caracterizada por la ausencia de motivos claros o deseos de completar una tarea académica (Ferrari et al., 1995).

Por el contrario, autores como Dominguez et al.(2014), proponen que la procrastinación abarca dos grandes dimensiones que facilitan su evaluación: La primera la autorregulación académica: un proceso dinámico que abarca el logro de objetivos y aspiraciones mediante la gestión de los pensamientos, las motivaciones y las acciones propias. La segunda la postergación de actividades: definida como el comportamiento asociado con retrasar o aplazar las actividades u obligaciones académicas mediante el empleo de excusas o racionalizaciones para este comportamiento.

Por otro lado, para comprender mejor los efectos de la procrastinación en el rendimiento académico, es importante conocer los diferentes tipos de procrastinación. Según Chun & Choi (2005), la procrastinación no es un fenómeno homogéneo, sino que puede dividirse en dos tipos principales: la procrastinación pasiva y la procrastinación activa, la primera hace referencia a aquella persona que en un primer momento no tiene la intención de postergar sus actividades, sin embargo, termina posponiéndola ante la falta de toma de decisión al ejecutar la actividad. La procrastinación activa implica posponer la tarea principal, por otras actividades secundarias, que no son necesarias.

En el presente trabajo de investigación, se hallaron evidencias de estudio, donde se investigó las variables presentadas. A nivel internacional, se encontraron antecedentes, tales como:



En México, Ramírez-Gil et al.(2022), en su investigación estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por covid-19. El objetivo era determinar la relación entre el estrés académico, la participación excesiva y problemática en Internet, la adicción a las redes sociales y la procrastinación. La investigación adoptó un marco cuantitativo, no experimental y transversal. Como instrumentos utilizaron el inventario de estrés académico de Sisco, el cuestionario sobre la adicción a las redes sociales y la Escala de procrastinación académica. La muestra estuvo compuesta por 448 estudiantes. Los hallazgos revelaron que los hombres mostraban una menor autorregulación, lo que reveló una conexión notable entre el uso de las redes sociales y la procrastinación académica, específicamente entre las mujeres.

Vera (2021), en su investigación Adicción a las redes sociales y conducta antisocial en los adolescentes de la Parroquia Urbana Hualtaco, Huaquillas-Ecuador, busco establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la conducta antisocial. La muestra estuvo compuesta por 200 adolescentes de entre 11 y 18 años. El estudio empleó un cuestionario sobre las adicciones a las redes sociales y un instrumento para evaluar el comportamiento antisocial. El enfoque metodológico adoptado fue de naturaleza no experimental, descriptivo-correlacional y transversal. Los resultados indicaron una relación significativa entre las dos variables, con una puntuación promedio de 0,907 para la adicción a las redes sociales y de 0,897 para la conducta antisocial.

En Colombia, Zabala (2021), realizó un estudio titulado Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de escuelas públicas de Villavicencio. El objetivo era explorar la conexión entre la ansiedad, la procrastinación y los signos actuales de adicción a las redes sociales. La investigación empleó un diseño cuantitativo, no experimental, con dimensiones descriptivas y correlacionales. La muestra incluyó a 75 adolescentes. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario sobre la adicción a las redes sociales (ARS) y la Escala de procrastinación académica (EPA). Los hallazgos revelaron un vínculo entre la ansiedad y la adicción a las redes sociales, así

como una correlación negativa entre la autorregulación y el aplazamiento de la actividad.

En Guatemala, Alvarez (2018), realizó su estudio titulado Niveles de procrastinación en estudiantes de 4º y 5º de bachillerato en una institución privada de la Ciudad de Guatemala, su objetivo fue determinar los niveles de procrastinación entre estos estudiantes, empleando un marco de investigación cuantitativo descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 87 estudiantes entre los 16 y los 18 años. El instrumento empleado fue el cuestionario de procrastinación CP2015. Los resultados indicaron que los estudiantes mostraban niveles de procrastinación altos, medios y bajos, y que el nivel agregado era promedio, lo que significaba que no había una correlación sustancial entre la edad, el género y los factores que contribuyen a las conductas de procrastinación de los estudiantes.

En Bolivia, Mendoza (2018) realizó una investigación sobre el uso excesivo de las redes sociales de Internet y el rendimiento académico entre los estudiantes de cuarto año de Psicología. El objetivo era dilucidar la relación entre la excesiva participación en las redes sociales y el rendimiento académico de estos estudiantes. La población estudiada fue de 120 estudiantes, con una muestra de 49 personas de entre 21 y 31 años. Los instrumentos utilizados para esta investigación incluyeron el cuestionario sobre la adicción a las redes sociales y la documentación de las calificaciones académicas para evaluar el rendimiento. Los hallazgos indicaron que no existía una correlación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes.

Asimismo, nivel nacional, se encontraron antecedentes, tales como:

Salazar (2022) en su investigación Adicción a las redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. Monsefú – 2022. Su objetivo fue determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y el

rendimiento académico. Diseñó una metodología de enfoque cuantitativo, no experimental correlacional descriptivo, de tipo básica. La población contó con 240 estudiantes. Los instrumentos que se aplicaron fueron un cuestionario para la primera variable y el registro de notas para la segunda. Los resultados demostraron que la frecuencia más alta de adicción a las redes sociales fue de 39.2 % (58) y la frecuencia más alta en cuanto al rendimiento académico obtuvo un porcentaje de 56,1 % (83), lo que indica que existe una relación significativa entre las variables.

Hernández (2021), en su investigación titulada Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria de Piura, 2020, tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del 5to de secundaria de Piura. Se empleó una metodología de origen cuantitativo y tipo transversal con diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes. Como instrumentos se hicieron uso de la Escala de adicción a las redes sociales (ARS) y la Escala de procrastinación académica. Los resultados indicaron que, si existe un alto nivel de adicción a las redes sociales, estas influyen de manera significativa en la procrastinación académica de los estudiantes.

Cuadra (2021) en su investigación Adicción a las redes sociales y procrastinación en alumnos de secundaria de una institución estatal de La Esperanza. Se centró en establecer si existe una relación entre Adicción a las redes sociales y la Procrastinación. Se empleó una metodología de diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 253 alumnos de 12 y 17 años de edad. Se utilizaron como instrumentos la Escala de Adicción a las redes sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación para Adolescentes (EPA). En cuanto a los resultados se comprobó que el 35.6 % de los estudiantes hace un uso excesivo de las redes sociales, en relación al nivel de procrastinación se obtuvo un porcentaje de 38.7%, el cual indica que existe un alto rango de estudiantes que procrastinan.

Retuerto (2021), en su trabajo *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021*, tuvo como objetivo determinar la relación entre uso de las redes sociales y la procrastinación académica. Se empleó una metodología de tipo básica, con un alcance descriptivo correlacional, de diseño no experimental, bajo un corte transversal. La muestra estuvo constituida por 187 estudiantes. Como instrumentos se utilizó el Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados demostraron que existe una correlación significativa entre el uso de las redes sociales y la procrastinación académica.

Choquecota & Barrantes (2019), presentaron un estudio titulado *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019*. Su objetivo fue identificar la relación entre la adicción a internet y la procrastinación académica. Se empleó una metodología no experimental, de tipo correlacional, de corte transversal. La población estuvo conformada por 174 estudiantes de entre 14 y 17 años de edad. Como instrumentos se utilizaron el Test de Adicción a Internet (TAI) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados indicaron que existe una relación entre las variables: a mayor adicción a internet mayor será la procrastinación académica.

A nivel local, se encontró un antecedente en relación con la variable Adicción a las redes sociales:

Dioses (2020) realizó un estudio titulado *Adicción a las redes sociales entre estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes en 2019*. El objetivo principal era evaluar el grado de adicción a las redes sociales en esta población estudiantil. Esta investigación cuantitativa utilizó un diseño descriptivo comparativo estructurado en torno a un enfoque transversal. La muestra estuvo compuesta por 190 personas. La Escala de Adicción a las

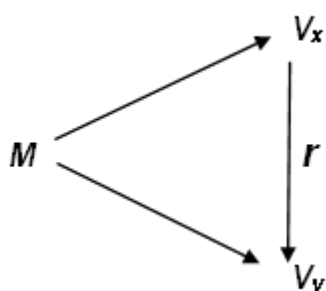
Redes Sociales (ARS) sirvió como instrumento para la recopilación de datos. Los resultados indicaron que el 47,4% de los estudiantes mostraban un nivel «bajo» de adicción a las redes sociales, mientras que el 44,7% demostraba un uso excesivamente «bajo» de estas plataformas.

### III. MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación, llevada a cabo en el año 2023 en una institución educativa de Tumbes, se tituló "Uso de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario". Se seleccionó una metodología cuantitativa para recopilar y analizar datos numéricos, con el objetivo de abordar las investigaciones y validar la hipótesis propuesta (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

Las variables de estudio fueron el "uso de las redes sociales", evaluando la frecuencia y la naturaleza de las interacciones de los estudiantes en estas plataformas, y la "procrastinación", definida como la inclinación de los estudiantes a retrasar tareas o actividades. El tipo de investigación adoptado fue no experimental, con un diseño descriptivo-correlacional, seleccionado por su capacidad para identificar las características de las variables y evaluar su relación sin manipulación directa (R. Hernández et al., 2014).



**Donde:**

**M:** Muestra (estudiantes de 1ro a 5to del nivel secundario pertenecientes a la I.E 098. "El gran Chilimasa").

**r:** Relación entre las variables.

**V1:** Uso de las Redes sociales.

**V2:** Procrastinación Académica.

### **3.2. HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES**

En ese sentido, el presente trabajo de investigación presentó la siguiente hipótesis:

Hi: Cuál es la relación significativa que existe entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.

H0: No existe una relación significativa entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.

### **3.3. DEFINICIÓN DE VARIABLES:**

Redes sociales: Las redes sociales son plataformas de interacción y comunicación social que las personas utilizan como fuente de intercambio dinámico con diversos individuos, que forman parte de un grupo o institución dentro y fuera de su círculo social (Ramos & Mireya, 2009).

Procrastinación: La "procrastinación" es toda acción de "aplazar, procrastinar", diferentes actividades, es decir, una persona que realiza estos comportamientos demuestra una intención de no realizar una tarea delegada, dejándola o postergándola para un mañana (García-Ayala, 2009).

### **3.4. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO:**

Población:

La población es aquel conjunto o sistema que se encuentra conformado por personas, animales, objetos, organizaciones, etc. La información obtenida y recolectada dentro de la población servirán de referentes para poder seleccionar e identificar la muestra de estudio, las cuales, a su vez, cumplen con ciertos criterios predeterminados que son claves dentro de una población (Arias-Gómez et al., 2016).

En esa misma línea, la presente investigación contó con una población de un total de 764 estudiantes de 1ro a 5to del nivel secundario de la I.E 098 “El gran Chilimasa” Aguas Verdes-Tumbes.

Muestra:

López (2004) la muestra es todo aquel subconjunto que forma parte de la población de estudio en una investigación, la muestra representa el estudio de cada una de las variables, su finalidad es generalizar los resultados, dado a que, no solo permite adquirir los resultados de una forma más sencilla, rápida, confiable y eficaz, sino que también nos permite tener un mejor control de las variables.

En este sentido, la selección de la muestra para este estudio se verá restringida en función del número total de estudiantes de secundaria en la Institución Educativa. La fórmula utilizada fue la siguiente:

$$n = \frac{[N \times Z^2 \times p \times q]}{[d^2 \times (N - 1) + Z^2 \times p \times q]}$$

En donde:

- N (tamaño de la población) = 764
- Z (valor de Z para una confianza del 95%) = 1.96
- p (proporción que se espera tener la característica de interés) = 0.5
- q (1 - p) = 0.5
- d (margen de error deseado) = 0.05

Muestreo:

Mata et al. (1997) como se citó en (López, 2004) Indican que el proceso de muestreo se caracteriza como una técnica empleada para elegir los participantes o elementos que constituirán la muestra representativa de la población total. Esta estrategia posibilita la realización eficiente del estudio en un periodo más breve, reduce los costos presupuestarios y proporciona la oportunidad de explorar con mayor detalle el análisis de las variables gracias a un control más riguroso.

Por esta razón, la presente investigación empleará la técnica de muestreo aleatorio estratificado de manera probabilística, la cual se distingue por dividir la



población en segmentos o subgrupos (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

### **3.5. CRITERIOS DE SELECCIÓN**

Criterios de inclusión:

1. Ser alumno en el nivel secundario de la Institución Educativa 098 “El gran chilimasa”.
2. Estudiantes que hayan formalizado su matrícula en el presente año.
3. Estudiantes que expresen su disposición voluntaria para participar en la investigación propuesta, firmando previamente el asentimiento informado.
4. Estudiantes que interactúan constantemente con sus plataformas de redes sociales
5. Completar el cuestionario sobre la adicción a las redes sociales (ARS).
6. Tener entre 12 y 17 años

Criterios de exclusión:

1. Estudiantes que tengan la mayoría de edad.
2. Estudiantes no matriculados en la institución educativa antes mencionada.
3. Estudiantes que no utilizan con frecuencia las redes sociales.
4. Estudiantes que no den su consentimiento voluntario para participar en la investigación.
5. Estudiantes con trastornos del desarrollo, afecciones médicas o discapacidades que podrían afectar significativamente su capacidad para usar las redes sociales o responder a los cuestionarios.

### **3.6. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Técnica

La técnica elegida para la recopilación de datos en este estudio se centra en el uso de pruebas individuales adaptadas al área de investigación. Estas evaluaciones se han diseñado cuidadosamente para recopilar información completa y precisa sobre las variables pertinentes, lo que facilita un análisis exhaustivo y exhaustivo dentro del marco de la investigación (Falcón & Herrera, 2005).

Al emplear evaluaciones individuales, nuestro objetivo es obtener información precisa y confiable que mejore el análisis y la comprensión de las conexiones entre las variables investigadas.

Instrumentos:

Para evaluar la variable de la adicción a las redes sociales, utilizamos el cuestionario sobre adicciones a las redes sociales creado por Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014), que se ha adaptado al contexto peruano. La duración de esta prueba es de aproximadamente 15 a 20 minutos y se puede administrar de forma individual o en grupos. Este cuestionario ha sido diseñado específicamente para personas de 12 años o más. Es crucial enfatizar que el objetivo principal de este instrumento es evaluar el nivel de comportamiento adictivo en relación con las redes sociales.

Abarca tres dimensiones clave: la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal sobre su uso y el uso excesivo de estas plataformas. El instrumento incluye 24 ítems clasificados en una escala Likert de 0 a 4 puntos (Nunca = 0; Pocas veces = 1; Algunas veces = 2; Casi siempre = 3; Siempre = 4). Es importante destacar que el elemento 13 requiere una calificación inversa debido a sus valores contrastantes. La puntuación total puede oscilar entre 0 y 96 puntos, distribuidos en las tres dimensiones: la primera de 0 a 40 puntos, la segunda de 0 a 24 y la tercera de 0 a 32. Cada dimensión tiene varios niveles, que van desde sin riesgo hasta riesgo alto, para garantizar una evaluación exhaustiva del comportamiento en relación con las redes sociales.

Con base en los resultados de la prueba piloto, se llevó a cabo una evaluación de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Parroquial «San Agustín» para determinar la confiabilidad del cuestionario sobre la adicción a las redes sociales. El análisis arrojó una puntuación de 0,811 para el coeficiente alfa de Cronbach, indicando una alta consistencia en las mediciones de la adicción a las redes sociales.

Este resultado sugiere que el cuestionario conserva su fiabilidad incluso cuando se administra a diferentes personas en diversos contextos (véase el anexo 9).

En cuanto a la segunda variable, que se refiere a la procrastinación académica, la evaluación se llevó a cabo utilizando la Escala de Procrastinación Académica (EPA), desarrollada originalmente por Deborah Ann Busko en 1998. Posteriormente, Álvarez (2010) modificó esta herramienta en el contexto peruano, concentrándose en un estudio sobre la procrastinación general y académica entre los estudiantes de secundaria. Esta evaluación tarda entre 7 y 10 minutos en completarse y se puede realizar de forma individual o en grupos, dirigida a adolescentes de 12 años o más.

Esta herramienta evalúa dos aspectos fundamentales: la autorregulación académica y la postergación de actividades. Consiste en un total de 16 ítems, cada uno con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre), asignándose valores del 1 (Nunca) al 5 (Siempre). La puntuación total se obtiene sumando los puntajes asignados a cada ítem. Además, el instrumento se clasifica en cinco niveles: no procrastina, con una puntuación de 00-34; baja procrastinación, entre 35-39 puntos; nivel regular, con 40-47 puntos; alta procrastinación, entre 48-53 puntos; y muy alta procrastinación, con una puntuación de 54-80.

En relación con la prueba piloto realizada, se evaluó a estudiantes de secundaria de la Institución Educativa «San Agustín» para determinar la confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados indicaron una puntuación de 0,710 para el coeficiente alfa de Cronbach (consulte el anexo 11), lo que demuestra el nivel de coherencia interna de la escala empleada para evaluar la procrastinación académica.

Recolección de datos:

Para obtener la información necesaria, se inició solicitando los permisos pertinentes a la Institución Educativa. Este procedimiento requería la presentación de una solicitud en la mesa de partes designada. Posteriormente, se obtuvo debidamente el consentimiento de los padres de los participantes, así como de los propios estudiantes. En ambos casos, se presentó una explicación exhaustiva sobre los objetivos del estudio y se solicitó su cooperación, lo que permitió un proceso de investigación más fluido.

Tras obtener los permisos necesarios y obtener el consentimiento de los participantes, se inició la recopilación de datos mediante los cuestionarios sobre la adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de procrastinación en adolescentes (EPA). Estas herramientas se utilizaron para evaluar las variables clave de la investigación. Es importante destacar que la administración de cada instrumento se llevó a cabo de forma presencial, por lo que fue necesaria la impresión previa de estos cuestionarios para su distribución adecuada.

Al finalizar la etapa de recopilación de datos, la información recopilada se organizó sistemáticamente en hojas de cálculo de Excel, lo que facilitó el procesamiento de los datos mediante un programa estadístico.

### **3.7. PROCESAMIENTO DE ANÁLISIS DE DATOS**

En cuanto al análisis de la información, todos los datos recopilados durante la aplicación de los instrumentos se transfirieron debidamente. En esta fase, se excluyó del análisis cualquier dato que no cumpliera con los criterios de inclusión predeterminados. Para ejecutar este proceso, se emplearon los programas estadísticos SPSS y Excel para garantizar la precisión de los resultados obtenidos en el marco de esta investigación.

### **3.8. ASPECTOS ÉTICOS**

Con respecto a las consideraciones éticas, se garantizó el cumplimiento del artículo 24, capítulo III, del Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú, que subraya la necesidad de obtener el consentimiento informado en las investigaciones en las que involucren a individuos. Como resultado, tanto el consentimiento informado de los padres como el asentimiento informado de los estudiantes se incorporaron al principio de cada instrumento de recopilación de datos.

De acuerdo con las directrices establecidas por la UNTUMBES, de conformidad con la resolución N° 0301-2018/UNTUMBES-CU, y de conformidad con el código de ética y deontología del psicólogo, este estudio tiene en cuenta ambas normas que enfatizan la importancia de mantener la confidencialidad de los datos recopilados. Estos documentos describían los objetivos de la investigación, la

gestión y la aplicación de los resultados, así como el compromiso de garantizar la confidencialidad y la privacidad en el manejo de la información recopilada. Además, se subrayó que el propósito de la investigación fue exclusivamente académico y no busco metas comerciales o de lucro. Este enfoque asegura la conformidad con los principios éticos y deontológicos establecidos en la investigación en psicología, protegiendo los derechos, la dignidad y el bienestar de los participantes. En síntesis, el propósito de este trabajo fue llevar a cabo de manera efectiva el proceso de investigación.

## IV. RESULTADOS

**Tabla 1:**

*Relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación Académica*

			Procrastinación Académica
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	,272**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	255

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

En el cuadro 1, se analizaron los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogórovo-Smimov para poder establecer la tendencia de los datos de estudio, se consiguió obtener que los valores de la investigación son heterogéneos obteniendo un valor de Sig. ( ,000), se obtuvo un estadístico de correlación de ,272 de acuerdo con Montes et al. (2021) la correlación es positiva media entre las variables uso de redes sociales y procrastinación académica, es decir a medida que aumenta la Adicción a las Redes Sociales, también tiende a incrementar la tendencia a la Procrastinación Académica, así mismo existe un nivel de significancia del ,000 lo cual indica un nivel de confianza de los resultados de un 100%.

**Tabla 2:**

*Nivel de Adicción a las redes sociales en estudiantes del nivel secundario en una institución Educativa de Tumbes-2023*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	4	1,6
Riesgo leve	10	3,9
Moderado	28	11,0
Alto	213	83,5
Total	255	100,0

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

Los resultados del cuadro 2, indican que, de las 255 personas encuestadas, el 83.5% muestra un nivel alto de adicción a las redes sociales. Un porcentaje menor de la muestra tiene un nivel moderado de adicción, abarcando alrededor de un 11.0%, de manera similar, hay otro grupo más reducido que muestra un riesgo leve de adicción, representando aproximadamente el 3.9% de la muestra. Solo un pequeño grupo de individuos (cerca del 1.6%) parece no presentar riesgo de adicción a las redes sociales.

**Tabla 3:**

*Nivel de las dimensiones a la adicción de las redes sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Tumbes-2023.*

Nivel de obsesión por las redes sociales		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	110	43,1
Riesgo leve	101	39,6
Moderado	39	15,3
Riesgo alto	5	2,0
Total	255	100,0

Falta de control personal en el uso de las redes sociales		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	67	26,3
Riesgo leve	122	47,8
Moderado	54	21,2
Riesgo alto	12	4,7
Total	255	100,0

Uso excesivo a la adicción de redes sociales		
Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	68	26,7
Riesgo leve	101	39,6
Moderado	70	27,5
Riesgo alto	16	6,3
Total	255	100,0

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).



En el cuadro 3 se observa la distribución de los porcentajes de acuerdo a las dimensiones presentadas por la escala de adicción a redes sociales, en cuanto al nivel de obsesión se observa que el porcentaje predominante (43,1%) se ubica en el nivel sin riesgo, mientras que, en la falta de control (47,8%) y el uso excesivo (39,6%) se encuentra en un nivel riesgo leve.

**Tabla 4:**

*Niveles de procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
No procrastina	111	43,5
Baja procrastinación	48	18,8
Regular	63	24,7
Alta procrastinación	26	10,2
Muy alta procrastinación	7	2,7
Total	255	100,0

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

Los resultados del cuadro 4, revelan que, de las 255 personas encuestadas, el 43.5% de los estudiantes se encuentran en los niveles de "No procrastina", y "Baja procrastinación", lo que indica que la mayoría posee hábitos de estudio y trabajo más eficientes. Sin embargo, existe un porcentaje menor de estudiantes que muestra niveles de procrastinación "Regular" (24.7%), "Alta" (10.2%) y "Muy alta" (2.7%), lo cual podría requerir atención y estrategias para mejorar la administración del tiempo y el rendimiento académico.

**Tabla 5:**

*Correlación entre las dimensiones adicción a las redes sociales con la variable de procrastinación académica.*

	Adicción a las redes sociales (Dimensiones)		Procrastinación Académica
Rho de Spearman	Obsesión a las redes Sociales	Coeficiente de correlación	,360**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	255
	Falta de control	Coeficiente de correlación	,256**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	255
	Uso excesivo a las Redes sociales	Coeficiente de correlación	,315**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	255

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

Los resultados del Cuadro 5, indican que hay una relación significativa y positiva entre la adicción a las redes sociales (medida a través de la obsesión, falta de control y uso excesivo) y la procrastinación académica entre los estudiantes de nivel secundario en la institución educativa de Tumbes-2023. Esto implica que los patrones de comportamiento asociados con el uso de las redes sociales podrían desempeñar un papel importante en la amplificación de la procrastinación académica. Sin embargo, la intensidad de estas relaciones fluctúa, siendo más pronunciada en el ámbito de la obsesión y menos evidente en el aspecto del autocontrol.

**Tabla 6:***Variable sociodemográfica de edad.*

Edades	Frecuencia	Porcentaje
11	1	,4
12	37	14,5
13	50	19,6
14	61	23,9
15	36	14,1
16	55	21,6
17	15	5,9
Total	255	100,0

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

El cuadro 6, señala que la mayoría de los estudiantes se encuentran en los grupos de edad de 12 a 16 años, con una concentración particular en los grupos de 14, 16 y 13 años. El grupo de 14 años es el más numeroso, con un porcentaje de 23.9% del total, seguido por el grupo de 16 años con 21.6% y el grupo de 13 años con 19.6%. Los grupos de edad menos representados son los extremos, con solo 1 estudiante de 11 años y 15 estudiantes de 17 años. Este análisis proporciona información valiosa sobre la composición demográfica de la población estudiantil en la institución educativa, lo cual es relevante para entender mejor el contexto y puede servir como base para futuras investigaciones o políticas educativas.

**Tabla 7:***Adicción a las redes sociales según el sexo*

		Sexo			
		Femenino		Masculino	
		Recuento	% de N totales de columna	Recuento	% de N totales de columna
Adicción a las Redes sociales	Sin riesgo	2	1,5%	2	1,7%
	Riesgo leve	8	6,0%	2	1,7%
	Moderado	18	13,4%	10	8,3%
	Alto	106	79,1%	107	88,4%

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

En relación al sexo, en el cuadro 6, se observa que, la mayoría de las personas en ambas categorías, femenina y masculina, presentan un alto riesgo de adicción a las redes sociales. A pesar de ello, el porcentaje de hombres con una adicción alta es ligeramente superior al de las mujeres. Asimismo, se puede observar que existe un grupo más pequeño de hombres y mujeres que muestra niveles de “sin riesgo” y “riesgo leve”.

**Tabla 8:***Procrastinación Académica según el sexo*

		Sexo			
		Femenino		Masculino	
		Recuento	% de N totales de columna	Recuento	% de N totales de columna
Procrastinación Académica	No procrastina	68	50,7%	43	35,5%
	Baja procrastinación	21	15,7%	27	22,3%
	Regular	27	20,1%	36	29,8%
	Alta procrastinación	14	10,4%	12	9,9%
	Muy alta procrastinación	4	3,0%	3	2,5%
	6	0	0,0%	0	0,0%

Fuente: Base de datos de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. (Elaboración propia).

En el siguiente cuadro, los resultados muestran que, en el grupo de "No procrastina", se encuentran el 50.7% de las mujeres y el 35.5% de los hombres, lo que indica que un porcentaje considerable en ambos sexos no muestra tendencia a procrastinar en sus actividades académicas, mientras que en la categoría de "Baja procrastinación", las mujeres se encuentran en un porcentaje de 15.7% y los hombres un 22.3%, lo que indica que una proporción mayor de hombres presenta una leve tendencia a procrastinar.

## V. DISCUSIÓN

A continuación, se exponen los resultados relacionados con los hallazgos obtenidos en el presente estudio. El objetivo general que se planteó fue determinar si existe una relación significativa en el uso de las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023. Se descubrió que, entre las variables “uso de las redes sociales” y “procrastinación” estadísticamente existe una correlación positiva media de 0.272, de acuerdo con Montes et al.(2021), esto indica que, a medida que la adicción a las redes sociales aumenta, también la procrastinación académica aumenta, y viceversa. A pesar de ello, la magnitud correlacional de ambas variables no es tan fuerte, esto quiere decir que, aunque existe una relación directa entre las dos variables, el uso de las redes sociales no causa un efecto significativo en la procrastinación, ya que pueden existir otros factores o variables que podrían estar influyendo en la procrastinación o la adicción a las redes sociales.

Así lo menciona, Garcia & Zecenarro (2019), en su investigación, donde encontraron que tener comportamientos adictivos en redes sociales no siempre está relacionado con la tendencia a procrastinar, sino que puede estar relacionado con la falta de placer en la tarea asignada, por emociones negativas como la duda, baja autoestima o ansiedad, que nos llevan a evitarla.

Los resultados obtenidos en esta investigación coinciden de manera similar con el estudio realizado por Cahuana (2019), en Arequipa, el objetivo del estudio fue determinar si existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario, los hallazgos revelan una correlación significativa y directa entre la adicción a las redes sociales y la tendencia a procrastinar, con un valor de  $Rho= 0,297$  y un nivel de significancia de  $p<0.05$ . Esto implica que a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también se incrementa el nivel de procrastinación académica en estos estudiantes. Por su parte Choquecota & Barrantes (2019), llevaron a cabo un estudio en Juliaca, que, al igual que el presente, analizó la correlación entre la adicción a internet y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria.

Los hallazgos obtenidos en ambos estudios revelaron una correlación significativa y directa entre la adicción a internet y la tendencia a procrastinar, con un valor de  $Rho= 0,436$  y un nivel de significancia de  $p=0,000$ . Estos hallazgos pueden explicarse a través del enfoque de la teoría sociocognitiva. Según esta teoría, cuando las personas anticipan consecuencias positivas al utilizar Internet, confían en su capacidad para hacerlo, pero al mismo tiempo carecen de control sobre su uso apropiado. Esta falta de control puede desencadenar la adicción a Internet, tal y como lo sugieren LaRose et al. (2003).

De acuerdo al primer objetivo específico, el cual consistió en analizar el grado de uso de las redes sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa en Tumbes-2023, se encontró que en cuanto al grado de uso de redes sociales el 83.5% de los estudiantes muestra un nivel alto de adicción a las redes sociales, según Jasso et al.(2017), menciona que el uso excesivo de las redes sociales se ha convertido en un verdadero desafío, afectando diversos aspectos del crecimiento personal, especialmente cuando se trata de adolescentes, ya que puede tener un impacto significativo en áreas cruciales de sus vidas, como el rendimiento académico. Por otro lado, existe un porcentaje menor que tiene un nivel moderado de adicción, abarcando alrededor de un 11.0%, de manera similar, hay otro grupo más reducido que muestra un riesgo leve de adicción, representando aproximadamente el 3.9% de la muestra. Solo un pequeño grupo de individuos (cerca del 1.6%) parece no presentar riesgo de adicción a las redes sociales, los hallazgos respecto al nivel de utilización de las redes sociales son similares a los resultados obtenidos en la investigación de Inquilla et al. (2023) quien enfocó su investigación en estudiantes con edades de 12 y 17 años en una institución Privada. En dicha investigación se encontró que los estudiantes presentan un nivel alto de adicción a redes sociales con un porcentaje del 42.9%, mientras que un 35.2% tenía un nivel medio y un 22% exhibía un nivel bajo de adicción. Este resultado en cuanto al nivel bajo sugiere que ciertos estudiantes ponen mayor énfasis en sus responsabilidades académicas y destinan menos tiempo a las redes sociales, este hallazgo se respalda con la investigación de Cuyún (2013), que señala que los usuarios no dependientes de las redes sociales utilizan estas plataformas y el internet como herramientas para

informarse, mantienen sus relaciones interpersonales y amistades fuera del ámbito digital, y hacen un uso constructivo de las redes sociales. Sin embargo, según Caldevilla (2010), citada por Marín et al. (2015), las redes sociales pueden acarrear riesgos tanto en la vida personal como profesional de sus usuarios, tales como la distracción, la disminución de la productividad, el deterioro del lenguaje, el desarrollo de adicción e incluso la participación en actividades delictivas.

Según Araujo (2016), citando a Andreassen (2015), la adicción a las redes sociales resulta en cuatro tipos de repercusiones desfavorables, que abarcan desde problemas emocionales, en las relaciones, hasta impactos en el rendimiento académico y la salud. Además, Kuss & Griffiths (2011), mencionan que existen otros efectos adversos como la procrastinación, la distracción y una gestión inadecuada del tiempo.

En esa misma línea, dentro del marco de los resultados, esta investigación se enfocó en analizar el nivel de las diferentes dimensiones relacionadas con la adicción a las redes sociales entre estudiantes del nivel secundario pertenecientes a una institución educativa de Tumbes, los resultados obtenidos indican que, dentro del total de la población estudiantil, se observa que el 43.1% (110) presenta un nivel sin riesgo en cuanto a la obsesión por las redes sociales. En contraste, un porcentaje considerable del 47.8% (122) muestra un riesgo leve en términos de falta de control, y el 39.6% (101) también evidencia un riesgo leve en relación con el uso excesivo de las redes sociales. Estos resultados son similares a los encontrados en la investigación de Retuerto (2021) en su investigación sobre el uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria. En su estudio, encontraron que los niveles en cada dimensión tendían a predominar en un nivel medio. Específicamente, reportaron que el 46.5% de los participantes mostraban un nivel medio de obsesión por las redes sociales, el 40.6% exhibían un nivel medio de falta de control personal en su uso, y el 43.3% presentaban un nivel medio de uso excesivo de las redes sociales. Estos hallazgos sugieren una tendencia consistente en la percepción de estas dimensiones entre diferentes grupos de estudiantes de secundaria, de



igual forma los resultados obtenidos en este estudio también coinciden con los hallazgos de la investigación realizada por Cordova (2022), quien examinó la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica entre docentes de séptimo ciclo en una institución pública. En su estudio, encontró que, en términos de las diferentes dimensiones analizadas, predominaba un nivel medio. Específicamente, se observó que el 49.5% de los participantes mostraba un nivel medio de obsesión por las redes sociales, el 57.7% presentaba un nivel medio de falta de control personal, y el 51.4% exhibía un nivel medio de uso excesivo. Estos resultados sugieren una tendencia similar en la percepción de estas dimensiones entre los docentes de séptimo ciclo en comparación con los estudiantes de secundaria.

El segundo objetivo específico de esta investigación giró en torno a ahondar en las tendencias de procrastinación entre los alumnos de secundaria de un establecimiento educativo de Tumbes. Los resultados revelan que el 43,5% de los estudiantes pertenecen a las categorías de «no procrastinar» y «baja procrastinación», mientras que una fracción más pequeña de estudiantes presenta niveles de procrastinación «regulares» (24,7%), «altos» (10,2%) y «muy altos» (2,7%). Estos hallazgos, basados en los niveles de procrastinación, difieren de los descubiertos en el estudio realizado por Chafloque & Quiroz (2022), quien centró su investigación en estudiantes del nivel secundario. Según este estudio, los estudiantes generalmente experimentan un nivel moderado de procrastinación, con un porcentaje notable del 56,1%, mientras que otro subgrupo de estudiantes muestra un nivel bajo de procrastinación, del 29,6%, y sólo el 14,3% de la población presenta un alto nivel de procrastinación.

Por su parte, Garroz (2022), sugiere que la tendencia mínima a postergar las cosas puede deberse a la forma en que los adolescentes exploran las redes sociales. Esto se explica porque, a menudo, dejan de lado sus responsabilidades y, en ocasiones, se encuentran solos en casa, sin la supervisión de los padres, lo que, en última instancia, podría afectar su rendimiento académico, como otras áreas importantes de su vida.

Asimismo, existen investigaciones adicionales que difieren de los resultados descubiertos en esta investigación. Por ejemplo, el estudio realizado por Salluca et al.(2022), que se centró en analizar los niveles de procrastinación académica y sus diversas dimensiones entre los estudiantes de un establecimiento educativo. En su investigación, se reveló que una sorprendente mayoría de los estudiantes (68,6%) presenta procrastinación alta, una proporción considerable (16.8%) demuestra una procrastinación moderada y solo el 8,3% se encuentra en la categoría de procrastinación extremadamente alta, mientras que la fracción que representa niveles bajos (ya sea de procrastinación mínima o nula) constituye el 6,3% en total. Esto indica que más del 75% de los estudiantes se encuentran en niveles altos o moderados de procrastinación. Para Schutte & Del Pozo de Bolger (2020), estos niveles desencadenan una cascada de efectos emocionales adversos, que incluyen ansiedad, estrés, depresión, fatiga, sensación de insuficiencia, culpa y disminución de la autoestima, junto con una disminución de las facultades cognitivas como la atención, la concentración y la planificación.

Por otro lado, las ideas de Ackerman y Gross (2016), a los que se hace referencia en Pando (2023), vinculan la procrastinación con el comportamiento expresivo, basándose en la idea de que las acciones negativas surgen de la ruptura de un esfuerzo positivo anticipado dentro del individuo. Esta relación se confirma con la teoría psicodinámica, que postula que la procrastinación se manifiesta como el descuido de los deberes esenciales, lo que provoca una confusión significativa y se percibe como señales alarmantes para uno mismo. Por lo tanto, instintivamente, pueden comenzar una variedad de estrategias de defensa para aliviar este malestar, e incluso llevar a la evasión de dicha tarea (Ferrari et al., 2009).

En este sentido, Cuyún (2013), citado por K. Carranza & Rosales (2022), señala que, si bien algunas personas utilizan las redes sociales de manera efectiva, otras no lo hacen, lo que tiene efectos adversos en sus actividades de ocio. En el caso de los adolescentes, un número significativo ha sustituido las actividades al aire libre, como jugar o practicar deportes, por horas navegando por las redes sociales. Este cambio ha provocado un mayor aislamiento social y una disminución tanto en la calidad como en la cantidad de sus amistades.

El tercer objetivo específico en este estudio fue examinar la relación entre los diversos aspectos del uso de las redes sociales y la procrastinación académica entre los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes. Los hallazgos indicaron una correlación positiva moderada entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica, lo que implica que un mayor grado de obsesión se asocia con un aumento notable de la inclinación a retrasar las tareas académicas. Por el contrario, se observó una baja correlación positiva entre la falta de control sobre el uso de las redes sociales y la procrastinación, lo que sugiere una relación menos pronunciada. Por último, con respecto al uso excesivo de las redes sociales, se encontró una correlación positiva moderada, lo que indica que ese uso excesivo contribuye significativamente al comportamiento de procrastinación. Numerosas investigaciones han señalado que la adicción a las redes sociales está relacionada con problemas de salud mental, como la depresión, ansiedad y estrés, que posteriormente se reconocen como factores que contribuyen a la procrastinación (Brailovskaia & Margraf, 2017). Estos hallazgos son similares a los encontrados en Arroyo (2024), quien examinó la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en estudiantes de secundaria. Los hallazgos indicaron una correlación directa y baja entre las conductas obsesivas y la procrastinación académica ( $\rho = .293$ ;  $p = .000$ ), junto con una asociación directa y comparativamente débil en cuanto a la falta de control personal ( $\rho = .165$ ;  $p = .002$ ). Asimismo, se percibió una relación positiva y baja entre la utilización excesiva de las redes sociales ( $\rho = .232$ ;  $p = .000$ ). Estos hallazgos subrayan la manera en que las distintas facetas de la adicción a las redes sociales pueden ejercer una influencia moderada en la propensión a la postergación de actividades. El inadecuado uso de las redes sociales puede desencadenar el incumplimiento de actividades académicas y otras responsabilidades habituales, las cuales originan obsesión, descontrol y uso excesivo de las redes sociales (Salas & Escurra, 2014).

Siguiendo ese contexto, el enfoque cognitivo-conductual, señala que las adicciones se desarrollan debido al manejo inadecuado de estos dispositivos digitales. Dedicar una cantidad excesiva de tiempo a ellos provoca una pérdida de control sobre los propios comportamientos, lo que dificulta la capacidad de

realizar tareas esenciales, provoca alteraciones adversas en la vida diaria de las personas afectadas, cuando surgen tales situaciones, las personas tienden a actuar instintivamente, sus emociones se desencadenan y poseen una supervisión cognitiva mínima con respecto a los méritos y las dificultades de sus elecciones Echeburúa (2013) citado en K. Carranza & Rosales (2022).

El objetivo final y concluyente de esta investigación fue profundizar en las dimensiones sociodemográficas relacionadas con el género de los estudiantes de secundaria que participan en las redes sociales dentro de un establecimiento educativo en Tumbes. Los hallazgos revelan que un número significativo de estudiantes, tanto mujeres como hombres, corren un mayor riesgo de adicción a las redes sociales. Sin embargo, las cifras indican que la prevalencia de la adicción es ligeramente mayor entre los hombres que entre las mujeres. Además, se identificó un grupo menor, que representaba a ambos géneros, y que mostraba los niveles de adicción clasificados como «sin riesgo» o «riesgo leve». Estas revelaciones coinciden con las conclusiones de Camacho (2022), quien examinó el análisis comparativo según el sexo en relación a la adicción de las redes sociales, Este investigador descubrió que el grupo demográfico masculino tenía una puntuación promedio marcadamente elevada ( $R_p = 171,34$ ) en comparación con el grupo femenino ( $R_p = 152,90$ ), lo que corrobora la idea de que los hombres son más propensos a la adicción que las mujeres.

Por el contrario, las investigaciones realizadas por Núñez -Guzmán & Cisneros-Chavez (2019), ofrecen un punto de vista contrastante. Estos estudiosos determinaron que no hay disparidades notables en los niveles de adicción a las redes sociales entre hombres y mujeres, lo que indica que ambos grupos demográficos muestran tasas de adicción comparables. En el contexto de este estudio, también se previó analizar la procrastinación académica en correlación con el género de los estudiantes. Los resultados muestran que, dentro de la clasificación de «no postergar las cosas», el 50,7% de las mujeres y el 35,5% de los hombres no muestran una tendencia sustancial a aplazar sus tareas académicas. Sin embargo, en la categoría de «baja procrastinación», los hombres obtienen un porcentaje más alto (22,3%) en comparación con las

mujeres (15,7%), lo que pone de manifiesto un ligero sesgo masculino hacia la procrastinación académica. Estos resultados también coinciden con la investigación anteriormente mencionada en Camacho (2022), quien también investigó la procrastinación académica en relación al sexo. En este examen, surgieron diferencias marcadas entre hombres y mujeres: los hombres obtuvieron una puntuación promedio más alta ( $R_p = 205,52$ ) que las mujeres ( $R_p = 111,52$ ), lo que refuerza el concepto de que los hombres tienden a postergar las cosas más que las mujeres en los entornos académicos.

## VI. CONCLUSIONES

1. Existe una relación entre la participación en las redes sociales y la tendencia a la procrastinación académica entre los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes en 2023. Esta correlación se evidenció con un valor de rho de 0,272.
2. En la institución educativa de Tumbes, los estudiantes de secundaria presentan un asombroso 83,5% de adicción a las redes sociales, mientras que las categorías «Sin riesgo» (1,6%), «Riesgo leve» (3,9%) y «Moderado» (11,0%) abarcan un grupo significativamente menor, lo que refleja una presencia relativamente baja de estudiantes que muestran niveles de adicción bajos o moderados.
3. Dentro de la dimensión de «Obsesión por las redes sociales», el 43,1% de los estudiantes pertenecen a la categoría «Sin riesgos», lo que indica una obsesión mínima o inexistente con estas plataformas, lo que sugiere que su uso no se considera problemático.
4. En cuanto a la dimensión de la «falta de control personal», el 47,84% de los estudiantes presentan un «riesgo leve» en relación con el control personal, lo que significa que, en ocasiones, pueden tener dificultades para controlar sus impulsos o comportamientos.
5. En cuanto a la dimensión del «uso excesivo de las redes sociales», el 39,6% de los estudiantes considera que existe un «riesgo leve» de caer en exceso en las redes sociales, lo que indica que podrían pasar más tiempo en estas plataformas del que preferirían, pero esto no alcanza el umbral de una adicción significativa.
6. Los estudiantes de secundaria de la institución educativa de Tumbes muestran niveles notablemente bajos de procrastinación, y el 43,5% indica una tendencia a gestionar sus tareas de manera eficiente y puntual.

Sin embargo, cabe señalar que si existe un pequeño porcentaje con niveles moderados de procrastinación.

7. Existe una correlación entre las dimensiones del uso a las redes sociales y la procrastinación académica, evidenciando que a medida que aumenta la obsesión, la falta de control personal y el uso excesivo de las redes sociales, también aumenta la tendencia a procrastinar en el ámbito académico.
8. Al analizar los datos de adicción a las redes sociales por sexo, se destaca la presencia significativa de un nivel alto de adicción en los estudiantes, tanto en mujeres como en hombres. En el caso de las mujeres el 79.1% presenta una adicción alta, mientras que, en los hombres, el porcentaje es ligeramente mayor, con un 88.4%.
9. La procrastinación académica en base al sexo, de acuerdo a los resultados prueba que el 50.7% de las mujeres no procrastina, a diferencia de los hombres que presentan un porcentaje de 35,5%, esto significa que tanto mujeres como hombres muestran una tendencia similar en los niveles de procrastinación, asimismo se pueden observar pequeñas diferencias en los niveles de "Regular", con una mayor proporción de hombres, y niveles de "Alta procrastinación", con una ligera mayoría de mujeres.

## VII. RECOMENDACIONES

1. Es recomendable que los administradores del establecimiento educativo "El gran chilimasa" implementen junto a su equipo de la plana estudiantil, programas de alfabetización digital y educación mediática desde edades tempranas. Asimismo, los directivos deben solicitar el apoyo de profesionales en la salud mental como lo son los psicólogos, quienes están capacitados para efectuar y llevar a cabo tales programas, que buscan promover el uso responsable, crítico y ético de la tecnología y las redes sociales.
2. Se insta a la administración del establecimiento educativo "El gran chilimasa" involucrar a los padres de familia y educadores, es importante brindar capacitación a los padres y educadores para que puedan comprender los desafíos y riesgos asociados con el uso de la tecnología y las redes sociales. Esto les permitirá guiar y apoyar adecuadamente a los niños y jóvenes en su experiencia en línea.
3. Dirección Regional de Educación de Tumbes: Diseñar y ejecutar capacitaciones dirigidas a docentes y estudiantes para enseñar un uso consciente de las redes sociales, destacando técnicas que reduzcan la procrastinación y fortalezcan hábitos organizativos y productivos.
4. Ministerio de Educación (MINEDU): Incorporar orientaciones en el currículo escolar que aborden cómo las redes sociales influyen en la procrastinación, incentivando el desarrollo de competencias de manejo del tiempo y autorregulación personal en los estudiantes.



## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alarcón, A. (2021). El impacto de la era digital y sus consecuencias : conductas adictivas y autoestima en adolescentes . *Comillas, Universidad Pontificia*, 1–30. <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/432463/retrieve>
- Alblwi, A., Al-Thani, D., McAlaney, J., & Ali, R. (2020). Managing procrastination on social networking sites: The D-CRASTINATE method. *Healthcare*, 8(4), 1–25. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040577>
- Alcívar-Moreira, Á., & Yáñez-Rodríguez, M. (2021). Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica media. *Polo Del Conocimiento*, 6(4), 40–53. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i4.2537>
- Álvarez de Sotomayor, I., Muñoz Carril, P., & González Sanmamed, M. (2019). Familia y redes Sociales: un binomio controvertido. *Aula Abierta*, 48(2), 183–192. <https://doi.org/10.17811/rifie.48.2.2019.183-192>
- Alvarez, M. (2018). Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to. y 5to. Bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala. In *Tesis de maestría, Universidad Rafael Landívar* (Issue 3). <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>
- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. In *Persona* (13). <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/270/257>
- AntonSon, M., & Wendels, C. (2008). Corporate social media facilitating better and faster change management. In *Tesis de maestría, Goteborgs Universitet*.
- Arab, E., & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Rev. Méd. Clín. Condes*, 26(1), 7–13. <https://www.enfermeriaaps.com/portal/wp-content/uploads/2015/06/202v26n01a90393596pdf001.pdf>
- Araujo, E. (2016). Indicadores De Adicción a Las Redes Sociales En

- Universitarios De Lima. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 10(2), 48–58. <https://doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda-Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201–206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Armaza, J. (2023). El Riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. *SciELO*, 10(versión 1), 4–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5241>
- Arroyo, L. (2024). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú*. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/3462>
- Arteaga, H., Quispe, N., Sánchez, K., Polin, J., Coronado, J., & Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4–14. <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Baker, L. (1989). Metacognition, comprehension monitoring, and the adult reader. *Educational Psychology Review*, 1(1), 3–38. <https://doi.org/10.1007/BF01326548>
- Balarezo, M., & Llivichuzca, D. (2015). *Las redes sociales como nueva opción de promoción de las microempresas en la ciudad de Cuenca* [Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23958>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook addiction disorder (FAD) among German students—a longitudinal approach. *PLOS ONE*, 12(12), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189719>
- Cahuana, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2822>
- Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales . Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Las Redes Sociales . Sociedad Digital*

*Actual*, 33(1), 45–68.

- Camacho, M. (2022). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de San Juan de Miraflores, 2021. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú*. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1784>
- Carranza, K., & Rosales, N. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución Educativa Nacional de Trujillo*.
- Carranza, R., & Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3(2), 95–108. <https://doi.org/10.17162/au.v3i2.284>
- Chafloque, M., & Quiroz, C. (2022). Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de secundaria, Jaén 2022. In *Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo*. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103785/Chafloque\\_TMV-Quiroz\\_RCV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103785/Chafloque_TMV-Quiroz_RCV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chen, J. (2023). Social media addiction and consequences in adolescents. *The International Conference on Interdisciplinary Humanities and Communication Studies*, 7(1), 291–296. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/7/20220823>
- Choquecota, M., & Barrantes, R. (2019). Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión*. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2667>
- Chun, A., & Choi, J. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245–264. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Chunga, G. (2016). Uso académico de las redes sociales: análisis comparativo entre estudiantes y profesorado de la Universidad Católica Santo Toribio de

- Mogrovejo. In *Tesis de maestría, Universidad de Málaga, Publicaciones y Divulgación Científica*. <http://hdl.handle.net/10630/11446>
- Climent, S. (2012). La comunicación y las redes sociales. *Revista de Investigación, Área de Innovación y Desarrollo, S.L.*, 2, 1–9. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4817328>
- Cordova, S. (2022). *Adicción a las redes sociales en la procrastinación académica de discentes de séptimo ciclo en una institución pública, Lima - 2022*. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2667>
- Cuadra, K. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación en alumnos de secundaria de una institución estatal de la Esperanza. In *Tesis de Licenciatura, Universidad privada Antenor Orrego*. <http://200.62.226.186/handle/upaorep/6663>
- Cuyún, M. (2013). *“Adicción a redes sociales en Jóvenes” (Estudio realizado con jóvenes de 14-16 Años Del Colegio Liceo San Luis De Quetzaltenango)*. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>
- Dans, E. (2010). *Todo va a cambiar, tecnología y evolución: Adaptarse o desaparecer: Vol. I*.
- Díaz-Morales, J. F. (2019). Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2, 43–60. <https://doi.org/doi.org10.21865/RIDEP51.2.04>
- Díaz, R. del C. (2018). Impacto de las redes sociales en la vida sociopolítico de la comunidad El Dorado sel municipio de Estelí de agosto a diciembre de 2017. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua*. <https://repositorio.unan.edu.ni/8725/1/18668.pdf>
- Dioses, K. (2020). Adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes – 2019. In *Universidad Nacional de Tumbes*. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/1486>
- Dominguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación Académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad

- privada. *Liberabit*, 20(2), 293–304.  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*.  
<http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Eckert, M., Ebert, D., Lehr, D., Sieland, E., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10–18.  
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.001>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014a). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Revista de Psicología Liberabit*, 20(1), 73–91. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014b). Construcción Y Validación Del Cuestionario De Adicción a Redes Sociales (Ars). *Liberabit*, 20(1), 1729–4827.  
<http://www.eluniversal.com.mx/notas/>
- Falcón, J., & Herrera, R. (2005). *Análisis del dato estadístico*.
- Fausto, M. (2021). Procrastinación académica y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de tres instituciones Educativas Nacionales en Lima Sur. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú*.  
<https://hdl.handle.net/20.500.13067/1321>
- Ferrari, J., Barnes, K., & Steel, P. (2009). Life regrets by avoidant and arousal procrastinators: Why Put Off today What you will regret Tomorrow? *Journal of Individual Differences*, 30(3), 163–168. <https://doi.org/10.1027/1614-0001.30.3.163>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance*.
- Flores, J., Morán, J., & Rodríguez, J. (2009). Las redes sociales. *Boletín Electrónico de La Unidad de Virtualización Académica-UVA*, 169–176.
- Flores, L. (2022). Adicción a las redes sociales, procrastinación académica y

- cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima, Perú. *Revista Internacional de Estudios En Educación*, 22(1), 51–60. <https://doi.org/10.37354/riee.2022.220>
- Fundación MAPFRE. (2018). Patrones de uso y abuso de las TIC entre adolescentes de Lima y Arequipa . Percepción de los riesgos. In *Pontificia Universidad Católica del Perú*. <https://www.mapfre.com.pe/media/Estudio-Patrones-de-uso-y-abuso-de-las-TICs-entre-adolescentes-de-Lima-y-Arequipa-Percepcion-de-los-riesgos-Web.pdf>
- Galaz, Y., & Ruiz, U. (2014). Los orígenes de las redes sociales y los medios de comunicación. *Deloitte*, 1–5. [https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/mx/Documents/risk/Gobierno-Corporativo/GC\\_Boletin\\_invierno2014\\_tema2.pdf](https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/mx/Documents/risk/Gobierno-Corporativo/GC_Boletin_invierno2014_tema2.pdf)
- García-Ayala, C. (2009). Comprendiendo la Procrastinación con el Modelo ABC de Albert Ellis. *Gaceta De La Escuela De Medicina Justo Sierra, September 2009*, 2–5. [https://www.researchgate.net/profile/Carlos-Amadeo-Garcia-Ayala/publication/264421119\\_Comprendiendo\\_la\\_procrastinacion\\_con\\_el\\_Modelo\\_ABC\\_de\\_Albert\\_Ellis/links/53dd8f6f0cf216e4210c1d57/Comprendiendo-la-procrastinacion-con-el-Modelo-ABC-de-Albert-Ellis.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Carlos-Amadeo-Garcia-Ayala/publication/264421119_Comprendiendo_la_procrastinacion_con_el_Modelo_ABC_de_Albert_Ellis/links/53dd8f6f0cf216e4210c1d57/Comprendiendo-la-procrastinacion-con-el-Modelo-ABC-de-Albert-Ellis.pdf)
- García, D., & Zecenarro, L. (2019). *Adicción a internet, Adicción a las redes sociales, Dependencia al móvil y su influencia sobre la procrastinación académica en una muestra de adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019*.
- Garroz, M. (2022). *Uso de las redes sociales y rendimiento escolar en una institución educativa de cusco 2022*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/104176>
- GESTIÓN. (11 de Febrero de 2019). *Diario La República*. Recuperado el 12 de junio de 2024, de Red Iberoamericana de Diarios Económicos (RIPE): <https://gestion.pe/tecnologia/social-media-peru-primer-pais-region-mayor-porcentaje-alcance-redes-sociales-258321-noticia/?ref=gesr&state=>
- Gómez, K., & Marín, J. (2017). Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en

- Iberoamérica los últimos 10 años. In *Universidad Cooperativa de Colombia*.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12494/747>
- Gutiérrez-Maldonado, J. (2009). Anuario de Psicología. *Universitat de Barcelona*,  
40, 149–154. <https://www.redalyc.org/pdf/970/97017660001.pdf>
- Haji, E. (2020). *La Procrastinación consecuencia del uso excesivo de las redes sociales en jóvenes universitarios de 18 a 22 años*.  
<https://hdl.handle.net/20.500.14005/10062>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.  
[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación 6ta edición*. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.Hernandez,FernandezyBaptista-MetodologiaInvestigacionCientifica6taed.pdf>
- Hernández, V. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria de Piura, 2020. In *Tesis de maestría, Universidad César Vallejo*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/59747>
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(4).  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- INEI. (2019). Estadísticas de las Tecnologías de información y comunicación en los hogares. In *Instituto Nacional de Estadística e Informática*.  
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/04-informe-tecnico-tic-iii-trimestre2020.pdf>
- INEI. (2021). Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. In *Instituto Nacional de Estadística e Informática*.  
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-tic-iv-trimestre-2020.pdf>

- INEI. (2022). Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. In *Instituto Nacional de Estadística Informática* (Vol. 4). <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-tic-iv-trimestre-2021.pdf>
- INEI. (2024). Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. In *Instituto Nacional de Estadística e Informática*.
- Inquilla, E., Elias, M., & Alegre, J. (2023). Adicción a redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa privada de Arequipa, 2022. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Continental*. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/13366>
- Instituto Nacional de Tecnología de la Comunicación (INTECO), & Agencia Española de Protección de Datos (AEPD). (2009). *Estudio sobre la privacidad de los datos personales y la seguridad de la información en las redes sociales online* (Vol. 9). <https://www.uv.es/limprot/boletin9/inteco.pdf>
- Jasso, J., Lopez, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 7(3), 2832–2838. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>
- Jimenez, Y., & Morreale, P. (2015). Social media use and impact on interpersonal communication. *Springer International Publishing Switzerland*, 529, 91–96. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-21383-5\\_15](https://doi.org/10.1007/978-3-319-21383-5_15)
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2011). Online social networking and addiction-A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225–253. [https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0503\\_01](https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0503_01)
- Lázaro, M. (2020). *Redes sociales y menores*. [https://anayamultimedia.es/primer\\_capitulo/redes-sociales-y-menores-guia-practica.pdf](https://anayamultimedia.es/primer_capitulo/redes-sociales-y-menores-guia-practica.pdf)



- Lima, S. (2022). Uso de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia*.
- López, P. (2004). *Población mestra y muestreo*. 69–74. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-02762004000100012](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012)
- Marín Díaz, V., & García Fernández, D. (2003). La familia e Internet, ¿un juego a tres bandas? *Comunicar*, 21, 123–126. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=755229&info=resumen&idoma=SPA>
- Marín, V., Sampedro, B., & Muñoz, J. (2015). ¿Son adictos a las redes sociales los estudiantes universitarios? *Revista Complutense de Educación*, 26, 233–251. [https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2015.v26.46659](https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.46659)
- Mejía, V. (2015). *Análisis de la influencia de las redes sociales en la formación de los jóvenes de los colegios del cantón Yaguachi*. Tema\_ANALISIS\_DE\_LA\_INFLUENCIA\_DE\_LAS\_REDES\_SOCIALES\_EN\_LA\_FORMACIÓN\_DE\_LOS\_JÓVENES\_DE\_LOS\_COLEGIOS\_DEL\_CANTÓN\_YAGUACHI\_Elaborado\_por
- Mendoza, J. (2018). Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA. *Educación Superior*, 2, 57–70. [http://www.scielo.org.bo/pdf/escepies/v5n2/v5n2\\_a08.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/escepies/v5n2/v5n2_a08.pdf)
- Mohammed, J., & Ramirez, R. (2009). Herramientas Web 2.0 para el Aprendizaje Colaborativo. In *Ciencia y tecnología para el desarrollo (CYTED)*.
- Montes, A., Ochoa, J., Juárez, B., Vasquez, M., & Díaz, C. (2021). Aplicación del coeficiente de correlación de Spearman en un estudio de fisioterapia. *Cuerpo Académico de Probabilidad y Estadística*, 1(1), 0–4. [https://www.fcfm.buap.mx/SIEP/2021/Extensos Carteles/Extenso Juliana.pdf](https://www.fcfm.buap.mx/SIEP/2021/Extensos_Carteles/Extenso_Juliana.pdf)
- Morales, M., & Chávez, J. (2017). Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revista*

*Electrónica Del Desarrollo Humano Para La Innovación Social*, 4, 16.

- Moreno, M. (2015). Cómo triunfar en las redes sociales. In *Gestión 2000*.
- Núñez -Guzmán, R., & Cisneros-Chavez, B. (2019). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Nuevas Ideas En Informática Educativa*, 15, 114–120.  
[https://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](https://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf)
- Ozgun, H., Demiralay, T., & Demiralay, I. (2014). Exploration of problematic internet use and loneliness among distance education students. *Turkish Online Journal of Distance Education (TOJDE)*, 15, 75–90.
- Pando, C. (2023). Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa pública de Lima, 2023. In *Tesis de maestría, Universidad César Vallejo*.
- Pavón, M. (2015). El uso de las redes sociales y sus efectos en el rendimiento académico de los alumnos del instituto San José, el Progreso, Yoro-Honduras. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar*.
- Peñalba, A., & Imaz, C. (2019). Dificultades en las relaciones interpersonales y Fear of Missing Out: ¿predictores del riesgo de adicción a las redes sociales? *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 36(3), 6–20.  
<https://doi.org/10.31766/repisij.v36n3a2>
- Pinto, A. (2018). Funcionamiento familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria. In *Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos*.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12672/9785>
- Prensky, M. (2010). Nativos e Inmigrantes Digitales. *Institución Educativa (SEK)*, 23.
- Purita, G. (2015). Análisis de las tendencias de uso y participación en las redes sociales a nivel Mundial en España. In *Online Business School (OBS)*.
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45–59.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

- Ramírez-Gil, E., Reyes-Castillo, G., Rojas-Solís, J. L., & Fragoso-Luzuriaga, R. (2022). Estrés académico, procrastinación y usos del internet en universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de La Salud*, 20(3), 26. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.11664>
- Ramos, C., & Mireya, D. (2009). Guía De Manejo De Redes Sociales De Internet. In *Organización de los estados unidos*. <http://portal.oas.org/LinkClick.aspx?fileticket=RHldC3cS3Qw%3D&%3Btabid=1483>
- Retuerto, D. (2021). *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas*, 2021. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/64803/Retuerto\\_MDM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/64803/Retuerto_MDM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ruiz de la Cruz, S. (2020). *Procrastinación Académica*. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/3137>
- Salas, E., & Escurra, M. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75–90. [https://www.researchgate.net/publication/272681790\\_Uso\\_de\\_redes\\_sociales\\_entre\\_estudiantes\\_universitarios\\_limenos](https://www.researchgate.net/publication/272681790_Uso_de_redes_sociales_entre_estudiantes_universitarios_limenos)
- Salazar, R. (2022). Adicción a las redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. Monsefú – 2022. In *Universidad César Vallejo*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/76522>
- Salluca, Y., Valeriano, A., Gutierrez, A., & Coila, C. (2022). Adicción a las redes sociales y laprocrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus covid-19. *Revista Electronica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 25(2), 129–143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>
- San Martín, L., & Mujica, S. (2010). Redes Sociales: La nueva forma de comunicación de los jóvenes universitarios. *Latin American and Caribbean*

*Conference for Engineering and Technology*, 3, 1–10.

- Sánchez-Rodríguez, J., Ruiz-Palmero, J., & Sánchez-Rivas, E. (2015). Uso problemático de las redes sociales en estudiantes universitarios. *Revista Complutense de Educación*, 26(2014), 159–174. [https://doi.org/https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2015.v26.46360](https://doi.org/https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.46360)
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. In *Studiositas* (Vol. 5, Issue 51).
- Sarkar, N. (2023). Social media addiction and academic achievement of secondary level school students. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 5(5), 1–9. <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2023.v05i05.7895>
- Schutte, N. S., & Del Pozo de Bolger, A. (2020). Greater mindfulness is linked to less procrastination. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 5(1–2), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s41042-019-00025-4>
- Serri, M. (2018). Redes sociales y Salud. *Rev. Chilena Infectol*, 35(6), 629–630. <https://doi.org/10.2471/BLT.09.066712.3.->
- Shensa, A., Escobar-Viera, C., Sidani, J., Bowman, N., Marshal, M., & Primack, B. (2017). Problematic Social Media Use and Depressive Symptoms among U.S. Young Adults: A Nationally-Representative Study. *Soc Sci Med.*, 3, 150–157. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.03.061>.Problematic
- Soler, J., & Latorre, L. (2024). Redes sociales y adolescencia: estudio sobre la influencia de la comunicación digital en la salud mental de los jóvenes. *International Bulletin of Applied Linguistics*, 5, 161–229. [https://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](https://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf)
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Thakkar, N. (2010). Why Procrastinate: An investigation of the root causes behind procrastination. *Lethbridge Undergraduate Research Journal (LURJ)*, 4, 1–12. <http://hdl.handle.net/10133/1241>
- Turp, M.-J. (2020). Social media, interpersonal relations and the objective

attitude. *Ethics and Information Technology*, 22(3), 269–279.  
<https://doi.org/10.1007/s10676-020-09538-y>

Urueña, A., Ferrari, A., Blanco, D., & Valdecasa, E. (2011). El Estudio Las Redes Sociales en Internet. In *Observatorio nacional de las telecomunicaciones y de la Si (ONTSI)*.  
<https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3614&ipo=documento>

Vera, A. (2021). Adicción a las redes sociales y conducta antisocial en los adolescentes de la Parroquia Urbana Hualtaco, Huaquillas-Ecuador. In *Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo*.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72479/Vera\\_VAC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/72479/Vera_VAC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179–187.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>

Yu, S. (2023). The influence of social media on interpersonal relationships. *International Conference on Educational Innovation and Philosophical Inquiries*, 9(1), 90–97. <https://doi.org/10.54254/2753-7064/9/20231126>

Zabala, S. (2021). Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio. In *Tesis de Licenciatura, Universidad Santo Tomás*.  
<http://hdl.handle.net/11634/33756>

## IX. ANEXOS

*Anexo 1 Matriz de operacionalización de variables “adicción a redes sociales” y “procrastinación académica”*

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	NIVELES	RANGO DE VALORACIÓN	INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE VARIABLE
Redes sociales	Según Ramos & Mireya (2009) las redes sociales son plataformas de comunicación e interacción social que las personas utilizan como fuente de intercambio dinámico con otras personas, grupos e instituciones dentro y fuera de su círculo social.	Se evaluará la variable adicción a las redes sociales, mediante el cuestionario de adicción a redes sociales desarrollado por Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014), Consiste en tres aspectos fundamentales: la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en su uso y el uso excesivo de estas plataformas. El instrumento consta de 24 ítems	Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6,	Sin riesgo	0 -10	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
				7, 13, 15,	Riesgo leve	11-20	
				19, 22 y	Moderado	21-30	
				23.	Riesgo alto	31-40	
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4, 11, 12,	Sin riesgo	0-6	
				14, 20 y	Riesgo leve	7-12	
				24.	Moderado	13-18	
					Riesgo alto	19-24	
Uso excesivo de las redes sociales		Sin riesgo	0-8				
	1, 8, 9, 10,	Riesgo leve	9-16				
	16, 17, 18	Moderado	17-24				
	y 21.	Riesgo alto	25-32				

Escala de Procrastinación

<b>Procrastinación Académica</b>	Según García-Ayala (2009) La "procrastinación" se refiere a la acción de posponer o aplazar diversas actividades. En esa misma línea Balkis & Duru (2009) define la procrastinación como un fenómeno que directamente afecta a las personas en la práctica de sus valores, dado a que se niegan a realizar la tarea cuando es debido, mientras descuidan el resto de sus responsabilidades.	Se evaluará la variable procrastinación académica mediante la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA), desarrollada originalmente por Deborah Ann Busko en 1998. Esta herramienta evalúa dos aspectos fundamentales: la autorregulación académica y la postergación de actividades. Consiste en un total de 16 ítems	Autorregulación Académica	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	No procrastina	00-34	Académica de <u>Busko</u> .
			Postergación de Actividades	Baja procrastinación	35-39		
				Regular	40-47		
				Alta procrastinación	48- 53		
				Muy alta procrastinación	54-80		

Anexo 2 Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA
¿Cuál es la relación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023?	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b> Determinar cuál es la relación del uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.</p> <p><b>OBJETIVO ESPECIFICO:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizar el grado de uso de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes-2023.</li> <li>2. Evaluar los niveles de procrastinación en los estudiantes de secundaria de una institución educativa en Tumbes-2023.</li> <li>3. Analizar la correlación entre las dimensiones del uso de las redes sociales con la variable de procrastinación académica.</li> <li>4. Caracterizar las variables sociodemográficas de los estudiantes de secundaria que utilizan las redes sociales en la misma institución.</li> </ol>	<p>Hi:Cuál es la relación significativa que existe entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.</p> <p>H0: No existe una relación significativa entre el uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Tumbes-2023.</p>	<p><b>Variable 1:</b> Redes Sociales</p> <p><b>Variable 2:</b> Procrastinación Académica</p>	<p>Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)</p> <p>Escala de Procrastinación Académica (EPA)</p>	<p>En esta investigación, se utilizarán métodos cuantitativos y se clasificará como un estudio descriptivo-correlacional, ya que se enfocará en analizar dos variables. Además, será no experimental y tendrá un diseño transversal, lo que implica que la recopilación de datos se llevará a cabo en un único momento futuro específico</p>	<p>La población está conformada por un total de 764 estudiantes de la Institución Educativa 098 El Gran Chilimasa".</p> <p>La muestra está constituida por 255 estudiantes de la Institución Educativa 098 "El gran chilimasa"</p>



*Anexo 3 Ficha técnica del Cuestionario de Adicción a redes sociales*

<b>FICHA TÉCNICA</b>	
<b>Nombre</b>	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
<b>Autores</b>	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia</b>	Universidad Nacional Mayor de San Marcos - Universidad de San Martín de Porres
<b>País</b>	Perú
<b>Año</b>	2014
<b>Aplicación</b>	Individual y colectiva
<b>Duración</b>	15 a 20 minutos
<b>Administración</b>	Adolescentes y adultos (12 en adelante)
<b>Valoración</b>	La valoración de los ítems se optó por aplicar el sistema de calificación de 5 puntos (de 0 a 4) tomando en cuenta la frecuencia desde «nunca» hasta «siempre»
<b>Puntuación</b>	La puntuación se obtiene de la suma simple de los ítems siendo esta entre 0 y 96.
<b>Confiabilidad</b>	Los hallazgos de la confiabilidad incluidos en la Tabla 2 indican que se alcanzaron coeficientes alfa de Cronbach elevados, los cuales fluctuaron entre .88 en el factor 2 y 92 en el factor 3. Además, el nivel de consistencia interna puede considerarse alto, pues todos superan la magnitud de .85 (DeVellis, 2012), además los intervalos de confianza indican que la estimación de la confiabilidad de los puntajes en la muestra total presenta valores elevados.

## Anexo 4 Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)

### CUESTIONARIO DEL USO DE REDES SOCIALES (ARS)

M. Ecurra, E. Salas y otros.

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Evaluado(a)	
Carrera/Facultad:	
Edad:	
Sexo:	
Utiliza Redes Sociales:	

Si respondió SÍ, indique cuál o cuáles en el cuestionario adjunto.

1 ¿Desde dónde se conecta a las redes sociales? (Puede marcar más de una respuesta).

a	En mi casa	
b	En mi trabajo	
c	En las cabinas de internet	
d	En las computadoras de la universidad	
e	A través de celular	

2 ¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

a	Todo el tiempo me encuentro conectado	
b	Una o dos veces al día	
c	Entre siete a 12 veces al día	
d	Dos o tres veces por semana	
e	Entre tres a seis veces al día	
f	Una vez por semana	

3 De todas las personas que conoces a través de la red, ¿cuántos conoces personalmente?

a	10% o menos	
b	Entre 11 y 30%	
c	Entre 31 y 50%	
d	Entre 51 y 70%	
e	Más del 70%	

4 Sus cuentas en la red contienen tus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc).

a	SI	
b	NO	

5 ¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?

---

## CUESTIONARIO DEL USO DE REDES SOCIALES (ARS)

M. Ecurra, E. Salas y otros.

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre	S
Rara vez	RV
Casi siempre	CS
Nunca	N
Algunas veces	AV

N°	ITEM S	RESPUESTAS				
		S	RV	CV	N	AV
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
N°	ITEM S	RESPUESTAS				
		S	RV	CV	N	AV
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Anexo 5 Validez y confiabilidad del Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)

<i>Estadísticas de total de elemento</i>				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
ARS1	31,03	148,585	,422	,802
ARS2	31,20	145,338	,438	,800
ARS3	32,00	150,000	,439	,802
ARS4	31,53	145,844	,464	,799
ARS5	31,43	156,185	,081	,816
ARS6	31,83	145,592	,541	,797
ARS7	31,97	155,344	,182	,811
ARS8	30,93	140,202	,616	,791
ARS9	30,43	140,808	,583	,793
ARS10	31,17	136,489	,686	,787
ARS11	31,13	146,326	,390	,803
ARS12	30,27	159,720	-,050	,826
ARS13	29,47	160,051	-,052	,823
ARS14	31,07	161,513	-,098	,828
ARS15	31,63	156,102	,084	,816
ARS16	30,73	141,513	,507	,796
ARS17	30,73	136,685	,713	,786
ARS18	30,37	146,654	,364	,804
ARS19	31,87	149,154	,423	,802
ARS20	31,37	147,206	,376	,803
ARS21	32,37	156,516	,156	,811
ARS22	31,30	138,010	,646	,789
ARS23	31,73	142,823	,556	,795
ARS24	30,70	148,562	,223	,813

<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,811	24

Anexo 6 Ficha técnica de la Escala de Procrastinación Académica

<b>FICHA TÉCNICA</b>	
Nombre	Escala de Procrastinación Académica
Autores	Deborah Ann Busko
Año	1998
Adaptado al Perú por	Oscar Ricardo Álvaro Blas (2010)
Aplicación	Individual y colectiva
Duración	7 a 10 minutos aproximadamente
Administración	Adolescentes y adultos (12 en adelante)
Descripción	Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Álvarez (2010). Consta de 16 ítems con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre), asignándole a cada pregunta la puntuación de 1 (Nunca) a 5 (Siempre).
Dimensiones	Postergación de actividades y Autorregulación académica.
Interpretación	La interpretación de los puntajes es directa: a mayor puntaje, mayor presencia de la conducta evaluada.

Anexo 7 Cuestionario de la Escala de Procrastinación Académica

Adaptación al español

**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)**

Deborah Ann Busko (1998) - Adaptación: Óscar Álvarez

Evaluado: \_\_\_\_\_ Sexo: (M) (F)

EDAD: \_\_\_\_\_ GRADO: \_\_\_\_\_ SECCIÓN: \_\_\_\_\_

**Instrucciones**

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea de manera atenta y detenida cada uno de ellos, proceda a responder con total sinceridad en la columna a la que pertenece tu respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

S: Siempre (me ocurre siempre)

CS: Casi siempre (me ocurre mucho)

A: A veces (me ocurre algunas veces)

CN: Pocas veces (me ocurre pocas veces o casi nunca)

N: Nunca (no me ocurre nunca)

Nº	Items	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
3	Cuando me asignan las lecturas, las leo la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a las clases.					
7	Trato de realizar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					

11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo mi tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

Anexo 8 Validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)

*Estadísticas de total de elemento*

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
EPA1	51,37	60,723	,146	,710
EPA2	51,50	55,500	,407	,686
EPA3	51,47	53,844	,372	,688
EPA4	51,17	55,454	,315	,696
EPA5	50,83	53,868	,448	,679
EPA6	49,83	61,040	,078	,718
EPA7	50,67	55,471	,410	,685
EPA8	52,40	57,283	,212	,709
EPA9	52,27	57,926	,206	,708
EPA10	50,50	54,259	,488	,677
EPA11	50,93	55,926	,361	,690
EPA12	50,33	53,126	,603	,666
EPA13	50,10	60,093	,193	,706
EPA14	50,60	60,524	,065	,724
EPA15	51,53	56,602	,294	,698
EPA16	51,50	56,603	,336	,693

*Estadísticas de fiabilidad*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,710	16





## Anexo 10 Asentimiento informado

### **Estimado Estudiante:**

Me presento soy María Inés Gallegos Silva, estudiante del VIII ciclo de la universidad nacional de tumbes, perteneciente a la Facultad de Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Psicología, identificada con DNI N° 71102371, ante usted con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente:

En la actualidad me encuentro realizando una investigación científica sobre el uso de las redes sociales y la procrastinación es estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de tumbes-2023, es por ello que sería valioso contar con su apoyo. El siguiente proceso de investigación consiste en la aplicación de dos cuestionarios con una duración de 30 minutos. Los datos recogidos serán tratados con total confidencialidad, no se comunicarán a terceras personas, la presente investigación no tiene fines diagnósticos, siendo así que los datos recolectados se utilizarán únicamente para propósitos científicos de la investigación.

De aceptar participar en la presente investigación, debe de firmar este documento como evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos del estudio.

En caso tengas alguna duda con respecto a las preguntas que aparecen en los cuestionarios, solo debe levantar la mano para solicitar la aclaración sobre su duda, asimismo, se le resolverá cada interrogante personalmente.

De antemano le agradezco su gentil participación

Acepto participar voluntariamente en la presente investigación.

Nombres y Apellidos \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_ Sexo: hombre(.)  
mujer ( ) Edad: \_\_\_\_\_ Distrito: \_\_\_\_\_ Fecha: / /

## Anexo 11 Resolución de designación de jurados



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú

• AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ, Y EL DESARROLLO •

### RESOLUCIÓN N°067-2023/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 15 de mayo de 2023.

**VISTO:** El OFICIO N°048-2023/UNTUMBES-FACSO-DUNIV., mediante el cual el director de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias Sociales, alcanza, para su reconocimiento, el proyecto de tesis titulado **“EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023”**, que para optar el título profesional de licenciado en Psicología, ha presentado la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MARÍA INÉS GALLEGOS SILVA**, documento con el que también se propone a los docentes que deben conformar el jurado calificador que tendrá a su cargo la evaluación de dicho documento académico; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que en conformidad con lo establecido en el numeral 45.2 del artículo 45. de la Ley Universitaria N°30220 y en el artículo 90. del Estatuto de esta Universidad, para optar el título profesional se requiere la presentación y sustentación de una tesis;

Que, en conformidad con lo expuesto, deviene procedente el reconocimiento del proyecto de tesis titulado **“EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023”**, para efectos de su evaluación, como tal, por el jurado calificador que también se constituye con esta Resolución, en virtud de la propuesta formulada, al efecto, con el documento señalado en la referencia;

Que complementariamente a lo señalado en el considerando precedente, se impone la necesidad de efectuar, como corresponde, la designación del docente asesor de dicho documento académico;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

#### **SE RESUELVE:**

**ARTICULO PRIMERO.- RECONOCER** a la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MARÍA INÉS GALLEGOS SILVA**, como autora del proyecto de tesis titulado **“EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023”**, presentada por dicha estudiante.

**ARTICULO SEGUNDO.- CONSTITUIR** el Jurado Calificador del proyecto de tesis titulado **“EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023”** con la siguiente conformación:

**RESOLUCIÓN N°067-2023/UNTUMBES-FACSO-D.**

**Presidente** : Dr. Alexander Ordinola Luna.  
**Secretario** : Mgtr. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval.  
**Vocal** : Mgtr. Liz Lazo Flores.  
**Accesitario** : Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi.  
**Vocal y Asesor** : Mg. Ludwing Darío Alfaro García.

**ARTÍCULO TERCERO.- PRECISAR** que, en conformidad con la nueva disposición emanada, al respecto, del Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, el **ASESOR**, es miembro titular, con voz y voto, del jurado constituido en el artículo precedente.

**ARTICULO CUARTO.- COMUNICAR** el presente acto resolutivo a los miembros de jurado aquí constituido, así como a la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **MARÍA INÉS GALLEGOS SILVA**, para conocimiento y fines.

**ARTÍCULO QUINTO.- DEJAR** expresamente indicado que es responsabilidad del jurado aquí constituido, actuar con plena observancia de lo normado en los artículos 80 y 88 del **REGLAMENTO DE TESIS PARA PREGRADO Y POSGRADO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el quince de mayo del dos mil veintitrés.

**REGÍSTRESE Y COMUNÍCASE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Dra. JESSICA SARA VALDIVIEZO PALACIOS, Secretaria Académica de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.  
-RECTOR-VRACAD-OGCDA  
-FACSO-DDH-DDT-DET-DEED  
-DEED-DDPS-DEPS-DECC  
-REG.TEC-Interesado-Archivo  
DMMY/D.  
JSVP/Sec. Acad.

  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
  
**Dra. Jessica Sara Valdiviezo Palacios**  
**SECRETARIA ACADÉMICA**

## Anexo 12 Resolución de aprobación de proyecto



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



*"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

### INFORME N° 008-2024/UNTUMBES-FACSO-DAPS-AOL

**A** : DRA. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA  
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES - UNTUMBES

**DE** : DR. ALEXANDER ORDINOLA LUNA  
PRESIDENTE DEL JURADO DE PROYECTO DE TESIS – GALLEGOS SILVA

**ASUNTO:** INFORMO APROBACION DE PROYECTO DE TESIS

**FECHA:** Tumbes, 29 de febrero del 2024


---

De mi consideración:

Es grato dirigirme a Usted, para saludarla cordialmente e informarle que, en mi calidad de presidente del jurado del proyecto de tesis titulado **"EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023"**, cuya autoría es de la bachiller en Psicología **MARÍA INÉS GALLEGOS SILVA**, designado mediante Resolución N° 067-2023/UNTUMBES-FACSO-D, del 15 de mayo del 2023, comunico dictamen debidamente colegiado con el jurado que presido de: **APROBACIÓN DE PROYECTO DE TESIS**, habiendo determinado que el proyecto se encuentra aprobado para su ejecución.

Se eleva al Decanato de la Facultad de Ciencias Sociales para continuar con el trámite correspondiente de emisión de Resolución de Aprobación de Proyecto

Es cuanto tengo que informar a Usted.

  
-----  
Dr. Alexander Ordinola Luna  
Presidente de jurado de tesis



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

**ACTA DE APROBACION DE PROYECTO DE TESIS**

Siendo las dieciséis horas y cero minutos del día veintinueve de febrero del dos mil veinticuatro, el jurado evaluador presidido por el Dr. Alexander Ordinola Luna, secretario Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval y vocal Mg. Lyz Marilyn Lazo Flores, se reunieron para evaluar el proyecto de tesis titulada "EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023", que es de autoría de la bachiller en psicología **MARÍA INÉS GALLEGOS SILVA** según Resolución N° 067-2023/UNTUMBES-FACSO-D, del 15 de mayo de 2023.

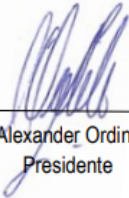
El jurado evaluador, conformado según resolución decanal N° 067-2023/UNTUMBES-FACSO-D, e integrado por los docentes:

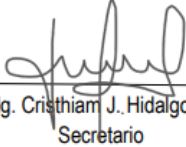
Presidente	:	Dr. Alexander Ordinola Luna.
Secretario	:	Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval.
Vocal	:	Mg. Lyz Marilyn Lazo Flores.
Accesitario	:	Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi.
Vocal y asesor	:	Mg. Ludwing Darío Alfaro García.

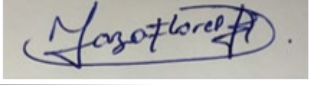
Luego de la revisión y disertación del proyecto en mención, de manera colegiada, el jurado dictamina lo siguiente: **APROBAR EL PROYECTO DE TESIS: "EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TUMBES-2023"**.

En consecuencia, se firma la presente acta de reunión de trabajo del jurado evaluador y se remite al decanato para el trámite correspondiente.

Para mayor conformidad, firmamos los presentes:

  
\_\_\_\_\_  
Dr. Alexander Ordinola Luna  
Presidente

  
\_\_\_\_\_  
Mg. Cristhiam J. Hidalgo Sandoval  
Secretario

  
\_\_\_\_\_  
Mg. Lyz Marilyn Lazo Flores  
Vocal