



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**



**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN  
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCÓN DE AZÁNGARO  
EN EL AÑO 2022.**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. NELY ELIDA CONDORI CCARI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN, ESPECIALIDAD DE  
MATEMÁTICA, FÍSICA, COMPUTACIÓN E  
INFORMÁTICA.**

**PUNO – PERÚ**

**2024**



## Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCÓN DE AZÁN GARO EN EL AÑO 2022.**

AUTOR

**Nely Elida Condori Ccari**

RECuento DE PALABRAS

**20009 Words**

RECuento DE CARACTERES

**111118 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**107 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**2.2MB**

FECHA DE ENTREGA

**Jan 16, 2024 8:47 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Jan 16, 2024 8:49 AM GMT-5**


### ● 13% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 12% Base de datos de Internet
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref
- 8% Base de datos de trabajos entregados

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 12 palabras)



Dr. Carlos Javier Quiza Manzan  
DOCENTE UNIVERSITARIO  
UNA - PUNO



Dra. Ruth Mery Cruz Huisa  
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN  
FOEDUC - UNA

Resumen



## DEDICATORIA

Dedico este trabajo con respeto a Dios porque él es quien da la sabiduría, con toda mi gratitud a mi padre Alejandro por su gran amor y determinación; además, su esfuerzo ha sido mi inspiración constante, a mi hermana Kelly por siempre animarme a cumplir mis metas.

**Nely Elida Condori Ccari**



## AGRADECIMIENTOS

Expreso mi más sincero agradecimiento a la Universidad Nacional del Altiplano, Alma Mater de los puneños. A la Facultad de Ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Secundaria por acogernos como estudiantes y formarnos profesionalmente en sus aulas.

Asimismo, agradecer a los docentes de la especialidad de Matemática, Física, Computación e Informática, por compartir sus conocimientos en el periodo de nuestra formación como docentes. A mi asesor Dr. Carlos Javier Quiza Mamani, por la orientación que me brindo para la realización de este trabajo.

Agradecer a los miembros del jurado Dr. Godofredo Huamán Monroy, Dr. Alfredo Carlos Castro Quispe y Dr. Wilson Gregorio Sucari Turpo por sus comentarios acertados y recomendaciones para mejorar este trabajo.

Finalmente, agradezco a la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón que colaboraron con este estudio de manera voluntaria.

**Nely Elida Condori Ccari**



# ÍNDICE GENERAL

	<b>Pág.</b>
<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTO</b>	
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>	
<b>ACRÓNIMOS</b>	
<b>RESUMEN ..</b> .....	13
<b>ABSTRACT.</b> .....	14
<b>CAPITULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	17
<b>1.2. FORMULACIÓN DE PROBLEMA</b> .....	19
1.2.1. Pregunta general.....	19
1.2.2. Preguntas específicas .....	19
<b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	20
1.3.1. Hipótesis general.....	20
1.3.2. Hipótesis específico .....	20
<b>1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO</b> .....	21
<b>1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	22
1.5.1. Objetivo general.....	22
1.5.2. Objetivos específicos .....	22



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

<b>2.1.</b>	<b>ANTECEDENTES</b> .....	24
2.1.1.	Antecedentes internacionales .....	24
2.1.2.	Antecedentes nacionales .....	25
2.1.3.	Antecedentes regionales.....	28
<b>2.2.</b>	<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	29
2.2.1.	Redes sociales .....	29
2.2.2.	Hábitos de estudio .....	39
2.2.3.	Relación entre redes sociales y hábitos de estudio.....	49
2.2.4.	Marco referencial .....	50

## CAPITULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

<b>3.1.</b>	<b>UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO</b> .....	52
3.1.1.	La coordenada geográfica .....	52
<b>3.2.</b>	<b>PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO</b> .....	53
<b>3.3.</b>	<b>PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO</b> .....	53
3.3.1.	La técnica .....	53
3.3.2.	Instrumento .....	53
<b>3.4.</b>	<b>POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO</b> .....	58
3.4.1.	Población.....	58
3.4.2.	Muestra.....	59
<b>3.5.</b>	<b>DISEÑO ESTADÍSTICO</b> .....	60
3.5.1.	Enfoque .....	60
3.5.2.	Diseño .....	60



3.5.3. Tipo de investigación .....	61
<b>3.6. PROCEDIMIENTO.....</b>	<b>61</b>
<b>3.7. VARIABLES .....</b>	<b>62</b>
<b>3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....</b>	<b>64</b>
<b>CAPITULO IV</b>	
<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>	
<b>4.1. RESULTADOS.....</b>	<b>65</b>
4.1.1. Contratación de las hipótesis .....	72
<b>4.2. DISCUSIÓN .....</b>	<b>77</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>80</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>82</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>84</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>90</b>

**Área:** Responsabilidad social de la educación

**Línea:** impacto de los medios de comunicación

**Fecha de sustentación: 26/ene/2024**



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1.</b> Las ventajas y desventajas de las redes sociales según autores .....	33
<b>Tabla 2.</b> Descripción del cuestionario de Adicción a Redes Sociales .....	55
<b>Tabla 3.</b> Baremo del cuestionario adicción a las redes sociales.....	56
<b>Tabla 4.</b> Descripción del Inventario de hábitos de estudio CASM-85.....	57
<b>Tabla 5.</b> Baremo del inventario de hábitos de estudio .....	58
<b>Tabla 6.</b> Población de la investigación.....	59
<b>Tabla 7.</b> Muestra de la investigación .....	60
<b>Tabla 8.</b> Operacionalización de variables .....	62
<b>Tabla 9.</b> Prueba de Kolmogórov-Smirnov para los resultados de la variable adicción a redes sociales y las dimensiones de hábitos de estudio.....	71
<b>Tabla 10.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y hábitos de estudio	72
<b>Tabla 11.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión forma de estudiar .....	72
<b>Tabla 12.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión resolución de tareas .....	73
<b>Tabla 13.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión preparación para exámenes .....	73
<b>Tabla 14.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión forma de escuchar la clase .....	74
<b>Tabla 15.</b> Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión que acompaña sus momentos de estudio .....	75
<b>Tabla 16.</b> Medida de correlación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y hábitos de estudio.....	75





<b>Tabla 17.</b> Medida de correlación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y hábitos de estudio .....	76
<b>Tabla 18.</b> Medida de correlación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y hábitos de estudio.....	76



## ÍNDICE DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
<b>Figura 1.</b> Ubicación geográfica de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón .....	52
<b>Figura 2.</b> Redes sociales que usan los estudiantes de la IES Pedro Vilcapaza Alarcón .....	65
<b>Figura 3.</b> ¿Dónde se conecta a las redes sociales? .....	66
<b>Figura 4.</b> Frecuencia de uso de las redes sociales .....	67
<b>Figura 5.</b> Cantidad de estudiantes según género .....	68
<b>Figura 6.</b> Niveles de adicción a las redes sociales según género .....	69
<b>Figura 7.</b> Niveles de hábitos de estudio en estudiantes según género .....	70



## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1</b> Cuestionario de Adicción a Redes Sociales .....	90
<b>ANEXO 2</b> Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 R-2014 – Luis Alberto Vicuña Peri.....	94
<b>ANEXO 3</b> Consistencia interna del ARS y CASM-85 .....	97
<b>ANEXO 4</b> Guía de interpretación del coeficiente de correlación .....	98
<b>ANEXO 5</b> Matriz de consistencia .....	99
<b>ANEXO 6</b> Evidencia fotográfica.....	101
<b>ANEXO 7</b> Solicitud para ejecutar encuesta .....	104
<b>ANEXO 8</b> Declaración jurada de autenticidad de tesis.....	106
<b>ANEXO 9</b> Autorización para el depósito de tesis en el repositorio institucional .....	107



## ACRÓNIMOS

ARS	: Adicción a Redes Sociales
IES	: Institución Educativa Secundaria
INEI	: Instituto Nacional de Estadística e Informática
CASM-85	: Nombre asignado al inventario de hábitos de estudio
OSIPTEL	: Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones



## RESUMEN

Durante desarrollo de la práctica preprofesional del semestre 2021 - II, se observó que los estudiantes mostraban más atención a las notificaciones que recibían en sus celulares, además se observó que los estudiantes interactuaban mediante las plataformas de las redes sociales estando en el mismo salón, a raíz de este comportamiento, el objetivo de la investigación fue establecer la relación que existe entre la adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro en el año 2022. El estudio corresponde al enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y de tipo correlacional, la muestra se obtuvo por muestreo no probabilístico que estuvo conformado por 330 estudiantes, como técnicas de investigación se utilizó la encuesta para ambas variables, los instrumentos aplicados fueron el cuestionario de adicción a redes sociales propuesto por Ecurra y Salas y el inventario de hábitos de estudio CASM-85 de Vicuña Peri. Los datos de las dos variables se sometieron a la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, con el 95% de confiabilidad y una significancia de  $p < 0,05$ . Como resultado se obtuvo el coeficiente de correlación  $r_s = 0,298$  y  $p = 0,000$  además el 32% de estudiantes se conectan entre tres a seis veces por día, en conclusión, existe una correlación positiva débil entre adicción a redes sociales y hábitos de estudio. Dicho de otra forma, los estudiantes utilizan las redes sociales pero el nivel de adicción es bajo por tanto no interfiere en los hábitos de estudio de los estudiantes.

**Palabras clave:** Redes sociales, Hábitos de estudio, Estudiantes, Adicción, Educación Secundaria.



## ABSTRACT

During the development of the pre-professional practice of the semester 2021 - II, it was observed that students showed more attention to the notifications they received on their cell phones, it was also observed that students interacted through social media platforms being in the same classroom, as a result of this behavior, the objective of the research was to establish the relationship between addiction to social media and study habits in fourth and fifth grade students of the Secondary Educational Institution Pedro Vilcapaza Alarcón of Azángaro in the year 2022. The study corresponds to the quantitative approach, non-experimental design of cross-sectional and correlational type, the sample was obtained by non-probabilistic sampling which consisted of 330 students, as research techniques the survey was used for both variables, the instruments applied were the questionnaire of addiction to social media proposed by Ecurra and Salas and the study habits inventory CASM-85 of Vicuña Peri. The data of the two variables were subjected to Spearman's Rho nonparametric statistical test, with 95% reliability and a significance of  $p < 0.05$ . As a result, the correlation coefficient  $r_s = 0.298$  and  $p = 0.000$  was obtained. In addition, 32% of students connect between three to six times per day. In other words, students use social media but the level of addiction is low so it does not interfere with students' study habits.

**Keywords:** Social media, Study habits, Students, Addiction, Secondary education.



# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad los medios virtuales se constituyen como herramientas en el ámbito académico y laboral, estamos viviendo en una era digital donde podemos realizar cualquier actividad con la ayuda de la tecnología que no podíamos imaginar hace veinte años atrás, hoy en día es indispensable ya que tenemos acceso a cualquier información solo con digitar en los diferentes navegadores que existen en internet. En específico las redes sociales son medios para permanecer conectados con los seres queridos. Sin embargo, cuando se convierte en una obsesión, puede interferir en los estudios y en las responsabilidades diarias de la persona (Klimenko et al., 2021).

Para Durango (2014) las redes sociales en sus inicios solo permitían el intercambio de mensajes de texto, actualmente son herramientas para fomentar los movimientos sociales, culturales y educación entre usuarios que tienen la misma afinidad. Como todo tiene ventajas y desventajas, en el caso de las redes sociales el uso sin supervisión puede desviarse en los estudiantes, no es prudente ni recomendable pasar bastante tiempo navegando en las redes sociales por que podría causar trastornos en la noción del tiempo, comunicación interpersonal, problemas de conducta, la calidad de sueño y la vida en general.

La investigación es de tipo descriptivo correlacional, se estudió sobre la adicción a las redes sociales y su relación con los hábitos de estudio en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro, también se buscó estrategias para evitar conductas adictivas y mejorar la efectividad de los hábitos



de estudio para lograr aprendizajes. A continuación, se detalla el contenido de cada capítulo:

El capítulo I inicia con la introducción, el planteamiento del problema, en el que se precisa la interrogante que debe ser respondida mediante la investigación, la justificación y los objetivos de la investigación.

En el capítulo II se presenta los antecedentes de la investigación, el marco teórico en función de las variables y el marco conceptual.

En el capítulo III se muestra la metodología de la investigación, ubicación del estudio, la población y muestra, la técnica y los instrumentos para la recolección de datos, plan de tratamiento de datos y la prueba de hipótesis.

En el capítulo IV se presenta los resultados obtenidos mediante gráficos y el análisis inferencial de los datos en tablas.

En los capítulos V, VI y VII se presentan las conclusiones, las recomendaciones y las referencias respectivamente. En la parte final del documento se presentan los anexos de la investigación.





## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En los últimos años los niveles de conectividad se han incrementado súbitamente, según OSIPTEL la popularidad de las redes sociales se incrementó en el periodo de confinamiento, específicamente Facebook y TikTok fueron las aplicaciones que más crecieron en la población joven. Existen estudios que muestran el crecimiento de la redes sociales a nivel mundial como el de Fernández (2023) que presenta datos respecto a las 15 redes sociales más usadas, encabezando la lista Facebook con 2.958 millones, YouTube con 2.514 millones, WhatsApp con 2.000 millones, Instagram con 2.000 millones, WeChat con 1.309 millones, Tik Tok con 1.051 millones, Messenger con 931 millones, Douyin con 715 millones, Telegram con 700 millones, Snapchat con 635 millones, Kuaishou con 626 millones, Sina Weibo con 584 millones, QQ con 574 millones, Twitter con 556 millones y Pinterest 445 con millones de usuarios activos.

En el Perú, los usuarios de las redes sociales dedican su tiempo para comunicarse, para obtener información y entretenimiento a través del celular, internet en el hogar o las cabinas públicas (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2019), además, Alvino (2022) realizó una traducción de DataReportal y menciona las redes sociales más usadas en Perú, la población total está conformada por 33.52 millones de personas, el 83.8% están activos en redes sociales, el 48.2% de los usuarios de redes sociales son mujeres y el 51.8% son hombres, el número de usuarios de Facebook es de 24.80 millones siendo el más popular, de YouTube es de 17.50 millones, de Instagram es de 8.90 millones, con un crecimiento del + 6% en el 2022 a comparación del 2021, de Tik Tok es de 12.17 millones, el 60.7% son mujeres y 39.3% son hombres, de LinkedIn es de 6.80 millones y de Twitter es de 2.20 millones.



En cuanto a las redes sociales más utilizadas en el Perú del sector urbano hay una presencia más equilibrada entre hombres y mujeres, según Álvarez (2023) Facebook encabeza el ranking con un 84 % de acuerdo a los datos facilitados por Ipsos, seguido de YouTube con un 60 %, Instagram con un 46 %, TikTok con un 37 %, Twitter con un 13 % y LinkedIn con un 6 %. De las redes sociales de mensajería, se destaca como la más utilizada WhatsApp con un 89 %, le continúa Messenger con un 44 % y Telegram con un 18 % de usuarios peruanos.

En las redes sociales existe una variedad de contenidos según el gusto de cada individuo como noticias, entretenimiento o videos educativos, por lo que los estudiantes están cautivados viendo y desplazando la pantalla en vez de dedicar el tiempo para estudiar, asimismo, el uso sin control de las redes sociales en los estudiantes podría generar un impacto negativo en los hábitos de estudio a través de la procrastinación, también a través de la desconcentración cuando constantemente se revisa las notificaciones en el teléfono móvil esta acción impide la concentración en las actividades académicas, como consecuencia menos productividad y sentimientos de cansancio.

Según el informe de práctica de unidades didácticas II del semestre 2021 – II de los estudiantes de la facultad de educación, en la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón se observó que los estudiantes de cuarto y quinto grado colocaban sus celulares sobre la mesa de estudio, prestando atención a las notificaciones, también, durante el horario de descanso los estudiantes permanecían desplazando la pantalla de sus dispositivos móviles, estando en el mismo salón los estudiantes interactuaban entre compañeros mediante las redes sociales. A partir de este comportamiento surgió la consideración de posibles consecuencias negativas en el desarrollo de los hábitos de estudio efectivos. Ante esta situación, se formuló la siguiente pregunta.



## 1.2. FORMULACIÓN DE PROBLEMA

### 1.2.1. Pregunta general

¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro - 2022?

### 1.2.2. Preguntas específicas

- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro?



## **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1. Hipótesis general**

Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro - 2022.

### **1.3.2. Hipótesis específico**

- Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y la forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Existe una relación negativa entre la adicción a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.



#### **1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

Las redes sociales se han convertido en el medio de información, comunicación y ocio más común en los estudiantes, sin ninguna moderación adecuada se convierte en un problema que afecta el desarrollo académico, el uso de las redes sociales en jóvenes estudiantes está en crecimiento ello podría ocasionar una conducta adictiva por la obsesión, falta de control personal y uso excesivo. Por otro lado, los hábitos de estudio se obtienen mediante las acciones que se realizan de forma continua y constante, son una referencia para lograr el éxito académico esto puede ser afectado por el uso excesivo de las redes sociales. El objetivo de establecer el grado de correlación existente entre las dos variables debe permitir plantear soluciones para la prevención del uso excesivo de las redes sociales también para fortalecer los hábitos de estudio que tienen los estudiantes.

La importancia de la investigación desde el punto de vista teórico, se investigó para comprender y ampliar el análisis del problema, la información obtenida de la investigación estará a disposición de la comunidad educativa también para futuros trabajos de investigación como antecedente o referencia para que se profundice en la explicación de la problemática de las variables de esta investigación.

La importancia de la investigación desde el punto de vista práctico, los resultados de esta investigación servirán para ofrecer medidas de prevención al uso excesivo de las redes sociales, mediante las acciones de sensibilización en talleres con el objetivo de informar de las conductas adictivas, así también, servirán para promover y fortalecer los hábitos de estudio de los estudiantes.

La importancia de la investigación desde el punto de vista metodológico, los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de Adicción a Redes Sociales, y el



inventario de hábitos de estudio CASM-85-R, los dos instrumentos tienen respaldo científico son confiables y se validaron estadísticamente, los instrumentos pueden ser utilizados en futuras investigaciones que trabajen con las mismas variables de esta investigación o con una de ellas.

## **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. Objetivo general**

Establecer la relación que existe entre la adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro - 2022.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Identificar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Identificar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Identificar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.
- Identificar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.



- Identificar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón de Azángaro.



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Existe información previa de la adicción a redes sociales y hábitos de estudio que permite establecer el punto de partida, en la búsqueda de antecedentes internacionales se encontró los siguientes trabajos de investigación:

Amador Ortiz (2021) llevó a cabo una investigación en México, su objetivo fue examinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la reprobación escolar en estudiantes universitarios, utilizó el cuestionario elaborado por Ecurra y Salas al cual agregaron dos preguntas: uno si habían reprobado materias y dos cuántas reprobaron, encuestó a una muestra de 539 estudiantes, los datos se analizaron mediante la prueba de hipótesis Chi-cuadrado de Pearson, en resultados obtuvo estudiantes con adicción baja 57%, con adicción media 36% y con adicción alta 7%. Concluyó que la adicción a las redes sociales afecta el rendimiento académico negativamente, la adicción alta tiene una relación significativa en la reprobación de los estudiantes.

Mendoza (2018) en su artículo el objetivo fue establecer la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Mayor de San Andrés – Bolivia; tuvo en cuenta la edad y el sexo, consideró una muestra no probabilística del tipo intencional constituida por 49 estudiantes, a quienes les aplicó el cuestionario de





adicción a redes sociales y el registro de notas que evalúa el rendimiento académico, como resultado obtuvo una correlación negativa muy baja, con un coeficiente de Pearson = - 0,158. Concluyó que la adicción leve a las redes sociales puede afectar al rendimiento académico de los estudiantes.

Balseca (2018) investigó en el Colegio “Alangasí” de la ciudad de Quito, el objetivo fue explorar el uso de las redes sociales y su influencia en los hábitos de estudio en estudiantes de octavo, noveno y décimo de Educación General Básica, consideró la muestra probabilística aleatoria estratificado conformado por 267 estudiantes, aplicó dos instrumentos “Cuestionario de Uso de Redes Sociales” y el “Cuestionario de Hábitos de Estudio” ambos elaborados por Balseca; como resultado encontró que los hábitos de estudio eran inadecuados, cambios afectivos, cambios conductuales, problemas familiares y problemas de socialización por el uso de las redes sociales. Finalmente concluyó el uso excesivo de las redes sociales genera problemas en los hábitos de estudio, ya que, en vez de ser utilizadas como una herramienta académica, se vuelven distractores.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

En los antecedentes nacionales tenemos a Ruiz (2022) en su investigación el objetivo fue comprobar la relación entre adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto grado de Villa el Salvador, encuestó a la población constituido por 198 estudiantes, utilizó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85-R. El resultado mostró una relación inversa de intensidad moderada estadísticamente muy significativa entre las variables ( $r_s = -0.476$ ,  $p <$



.00), el 67.2% de estudiantes se encuentran en un nivel alto de adicción, mientras que el 39.4% de estudiantes tiene tendencia positiva hacia los hábitos de estudio. Conforme al análisis de los resultados concluyó que, a más puntos en adicción a las redes sociales menos puntos en hábitos de estudio.

Asimismo, Rojas y Bedregal (2020) realizaron una investigación en la Universidad Católica de Santa María, plantearon como objetivo establecer si existe relación inversa entre la Adicción al Facebook y hábitos de estudio en estudiantes universitarios, la muestra estuvo conformada por 1341 estudiantes, aplicaron los instrumentos de la escala de Adicción al Facebook de Bergen de Cecilie Schou Andreassen y el cuestionario de Hábitos de Estudio de Pablo Benito Vilca Huanca, los dos instrumentos validados y confiables. Tras el análisis de los resultados concluyeron, en el grupo de estudiantes de 16 a 18 años existe una correlación inversa significativa entre Adicción al Facebook y Hábitos de Estudio.

Además, Molina (2021) realizó una investigación en la Institución Educativa Secundaria Sudadero, departamento Madre de Dios, su objetivo fue determinar la relación de la Red Social Facebook y los hábitos de estudio de los estudiantes, la muestra fue no probabilístico del tipo de muestreo consecutivo conformado por 49 estudiantes a quienes se aplicó un cuestionario con un total de 72 preguntas, como resultado obtuvo el coeficiente de correlación de TauB de Kendall de - 0,320. Concluyó que el uso de la red social Facebook incide de manera inversa en los hábitos de estudio de los estudiantes.

A su vez, Espinoza (2017) desarrolló una investigación en el Colegio Isaac Newton - Chimbote, el objetivo fue analizar la influencia del uso de Facebook en



los hábitos de estudio de los alumnos, la investigación tuvo un diseño correlacional – transversal, consideró una muestra de 169 estudiantes, aplicó un cuestionario de 18 preguntas con respuesta múltiple, como resultado obtuvo un índice de correlación negativo  $r$  de - 0.346 y un coeficiente de determinación  $r^2$  de 0.120. Concluyó que existe una correlación inversa moderada, es decir, si el uso de Facebook aumenta la calidad de hábitos de estudio disminuye.

Por otra parte, Flores (2021) en su investigación el objetivo fue determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de una Universidad privada de Lima, la investigación fue cuantitativa, de diseño no experimental y de nivel correlacional, la muestra fue por conveniencia constituida por 105 estudiantes a los cuales aplicó la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar y el Cuestionario de Adicción a redes sociales. Como resultado obtuvo un coeficiente correlación negativa media (-0,586) entre las variables, concluyó cuanto menos propicia sea la funcionalidad familiar más es la adicción a las redes sociales.

También, Valencia (2016) buscó determinar la relación entre adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima centro, fue una investigación no experimental transversal con un diseño descriptivo – correlacional, la muestra fue conformada de 112 estudiantes, utilizó el Inventario de Hábitos de estudio (CAMS – 85) y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales. Como resultado obtuvo que el 75,9% de los estudiantes tienen adicción al uso de las redes sociales y el 45,5% de los estudiantes presentan una tendencia negativa en sus hábitos de estudio.



Concluyó que existe una correlación inversa entre las variables de grado moderado altamente significativo ( $p < 0,01$ ).

### **2.1.3. Antecedentes regionales**

En antecedentes regionales tenemos a Cari (2021) que investigó con el propósito de determinar la relación entre la adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui Aplicación de la ciudad de Puno, realizó una investigación descriptivo correlacional, diseño no experimental transaccional, la muestra estuvo conformado por 109 estudiantes, los instrumentos aplicados fueron el cuestionario de adicción a redes sociales, propuesto por Escurra y Salas (2014) y test para habilidades sociales propuesta por la Dirección General de Promoción de Salud (2005), obtuvo como resultado una relación inversa con el Rho de Spearman de  $r = - 0,224$  y  $p = 0,019$ . Concluyó cuanto mayor sea la adicción a las redes sociales menor será las habilidades sociales.

Cutipa (2019) investigó en la Institución Educativa Secundaria Comercial “Emilio Romero Padilla” de la ciudad de Puno, se planteó como objetivo determinar la relación entre los hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado, el diseño de la investigación fue no experimental, de tipo descriptivo correlacional, la muestra estuvo conformada por 193 estudiantes, los instrumentos de la investigación fueron el Inventario de Hábitos de Estudio de Gilbert Wrenn y el registro académico de calificaciones del colegio. Como resultado de la investigación se obtuvo una relación directa alta entre las variables, es decir, si los estudiantes aplican hábitos buenos mejoran su rendimiento



académico, si aplican hábitos negativos pueden perjudicar su rendimiento académico.

## **2.2. MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1. Redes sociales**

Una breve reseña de los hitos más importantes de las redes sociales. En 1997, se lanzó SixDegrees, que permitía a los usuarios crear perfiles y listar amigos, Sin embargo, el auge de las redes sociales se dio en la primera década del siglo XXI. En 2002 se lanzó Friendster permitiendo a los usuarios conectarse mediante perfiles, en 2004 Facebook fue fundado inicialmente como una plataforma para estudiantes de Harvard, en 2006 se lanzó Twitter permitiendo a los usuarios compartir tweets, en 2008 se lanzó el sitio de redes sociales profesional LinkedIn centrado en las conexiones laborales (Peiró, 2020).

La diversificación y expansión de las redes sociales se dio a partir del 2010 donde se lanzó Instagram y Pinterest como una plataforma para compartir imágenes, también comienzan a aparecer otro tipo de redes sociales como Snapchat, Google+ en 2011, Tik Tok en 2016 y muchas otras redes. Esta evolución ha permitido a los usuarios comunicar, compartir y conectar con todo el mundo, las redes sociales más preferidas por los adolescentes son: Facebook, WhatsApp, Instagram, YouTube, Messeguer y Tik Tok.

El internet y las recientes tecnologías de la información se han convertido en una herramienta necesaria para la población activa académicamente dejando de lado el uso del papel y los libros impresos (Valencia, 2016). Las redes sociales se han globalizado de manera sorprendente en los últimos años brindando gran



beneficio, pero el uso desmedido puede generar problemas en los usuarios, esto es una preocupación que se ha extendido a nivel mundial, porque la mayoría de las comunicaciones humanas son virtuales atentando contra la comunicación de persona a persona (Escorra y salas, 2014).

El uso de medios virtuales es indispensable, algunas personas son afectadas de alguna manera en su desempeño académico o laboral cuando no tienen acceso a una (computadora, laptop, Tablet o celular), al mismo tiempo puede generar comportamientos adictivos en los adolescentes que crecieron utilizando estos medios (Klimenko et al., 2021). Las tecnologías de la información y las comunicaciones se han incorporado de manera permanente aportando grandes beneficios a la población en general, las redes sociales influyen en la opinión pública, porque generalmente se comenta de temas triviales y los jóvenes prefieren esa fantasía que genera una conducta adictiva (Jasso et al., 2017).

Las redes sociales permiten el alcance a todo lo relacionado con la virtualidad y ha modificado el proceso de la información social, la sociedad actual ya no puede renunciar ni repudiar a las redes sociales son una parte importante para la vida actual, es una forma de ver la vida más optimizada, el uso de este medio ha disipado distancias (Moreira et al., 2021).

#### **a. Tipos de redes sociales.**

Según Borrás (2015) los tipos de redes sociales se clasifican en dos las más adecuadas:

- Redes sociales horizontales. Estas redes no tienen una temática definida, evoluciona según el perfil que tiene el usuario, dentro de este



tipo de redes se encuentran Facebook, Twitter, Google +, WhatsApp, etc.

- Redes sociales verticales. Están definidas por temática (profesionales, aficiones, movimientos sociales, viajes, idiomas), por actividad (geolocalización, microblogging, marcador social, juegos), por contenido (imágenes, videos, textos), este tipo de redes tiene como objetivo agrupar y compartir según el interés de los usuarios como YouTube, LinkedIn, Instagram, Pinterest, Tik Tok, etc.

Además, Caldevilla (2010) clasificó las redes sociales como referencia de tipología de la siguiente manera:

- Redes generales. En este grupo se encuentra Facebook, Twitter y similares.
- Redes por temas. Según el grupo de afición como: Bloggers, Música, Libros, TV/Películas, Genealogía, Gastronomía, Viajes y Deportes.
- Redes por estados vitales. Por edades, en esta clasificación se encuentran, por ejemplo, Tuenti, Onlyans, Tinder.
- Redes por contenidos. (Imágenes, videos, textos) en esta clasificación se encuentran: Instagram, YouTube, Pinterest.
- Profesionales y activistas. Redes que están centradas en el contenido que intercambian sus usuarios como: LinkedIn, Change.org, Domestika, IloveIU.

Los principales tipos de redes que Peiró (2020) menciona son:

- De contenido general: Facebook



- De mensajes instantáneos: WhatsApp, Telegram. Discord
- De videos: YouTube, Tik Tok
- De imágenes: Instagram, Pinterest
- De microblogging: Twitter
- Profesionales: LinkedIn.

En la educación las redes sociales se utilizan como herramientas de aprendizaje, las empresas la utilizan como herramientas de marketing y publicidad también son usadas para fomentar movimientos sociales y campañas políticas.

#### **b. Ventajas y desventajas de las redes sociales**

La mayoría perteneciente a la población joven está registrada y se comunica mediante las redes sociales debido a la expansión de internet y el desarrollo de móviles cada vez más sofisticados (Valencia Ortiz et al., 2021). Además, Echeburúa y Requesens (2012) realizan una comparación de las redes sociales con los parques básicamente no son buenas ni malas, pero proporcionan un espacio al que puede entrar todo tipo de personas, para acceder a las redes sociales es tan fácil como mentir la fecha de nacimiento. A continuación, se muestra la tabla 1.





**Tabla 1**

*Las ventajas y desventajas de las redes sociales según autores*

<b>Autor y Año</b>	<b>Ventajas</b>	<b>Desventajas</b>
Peiró (2020)	Comunicación inmediata. Oportunidades laborales. Entretenimiento. Denuncia social. Compartir conocimientos. Mejora la visibilidad de la marca. Difusión de contenidos de la empresa. Medir las acciones de marketing.	Estafas en redes sociales. Configuración de privacidad. Adicción a las redes sociales.
Aguilar (2017)	Educación. Comunicación. Oportunidades laborales. Entretenimiento.	Ciberacoso. Secuestro. Trata de persona. Daños a la moral y demás o entre otros.
Caldevilla (2010)	Mercadotecnia. Información inmediata. Compartir conocimiento. Aprender idiomas de forma gratuita. Opción de incrustar todo tipo de contenidos. Avance de la tecnología. Movimientos de cooperación mundial. Entretenimiento. Interactividad.	Dispersión de la atención. Reducción de la productividad. Suplantación de la identidad. Expropiación. Individualismo. Adicción a las redes sociales. Laxitud del lenguaje. Virus cibernéticos. Delitos informáticos.

Nota: Elaboración propia a partir de las referencias



En resumen, las ventajas son: Conexión y comunicación, Difusión de información, Oportunidades de networking, aprendizaje y educación. Las desventajas son: Adicción, pérdida de tiempo, aislamiento social, Bullying cibernético, privacidad y seguridad. Es primordial tomar conciencia para maximizar las ventajas y minimizar los riesgos, ya que el impacto puede variar según como se participa en las redes sociales y tomar responsabilidad en su uso.

### **c. Adicción a redes sociales**

La adicción ha estado presente en nuestro mundo desde la antigüedad. La adicción es un flagelo para la infancia, la adolescencia y la juventud porque son etapas vulnerables, al fenómeno de adicciones se ha añadido la adicción a las nuevas tecnologías, su novedad respalda el desconocimiento de los riesgos procedente de su mal uso (Alguacil y Piñas Mesa, 2022). La adicción es un apego patológico que crea dependencia y reduce la libertad del hombre al estrechar la conciencia y limitar sus intereses, al igual que la adicción a sustancias químicas, las personas adictas experimentan un síndrome de abstinencia caracterizado por una profunda angustia emocional y no pueden desempeñarse adecuadamente, al adicto le resulta difícil percibirse a sí mismo (Echeburúa y Corral, 2010).

En el sector de la juventud las redes sociales se han extendido de forma acelerada a la vez ha traído grandes beneficios, aunque son plataformas digitales relativamente nuevas, se puede observar entre los usuarios comportamientos excesivos respecto al uso lo que conlleva a la adicción, en las



redes sociales la presencia o la ausencia se convierte en cuestión de existencia o inexistencia, como sucede con otras adicciones, se identifican por comportamientos repetitivos que al inicio son placenteros, pero cuando se convierten en costumbres se genera una necesidad insaciable que va relacionado con altos niveles de ansiedad (Eскурra y salas, 2014; Jasso et al., 2017).

Los jóvenes de hoy son nativos digitales e interactúan desde muy temprana edad en las redes sociales, por lo tanto, conocen las ventajas de tener como recurso académico a estos dispositivos tecnológicos conectados a internet (Moreira et al., 2021; Klimenko et al., 2021). Estos signos son indicadores de adicción, activarse en las redes sociales disminuye el estrés, esto claramente conlleva a una dependencia para sentirse bien creando un círculo vicioso, las personas que exceden en el uso de las redes sociales no priorizan las actividades importantes mostrando cambios de humor y comportamiento de ansias en el periodo de abstinencia (Araujo Robles, 2016). Cuando aumenta los niveles de adicción aumenta el miedo de que estamos perdiendo algo importante mientras los demás viven experiencias agradables (Varchetta, et al., 2020).

Están surgiendo diferentes investigaciones respecto al uso de las redes sociales enfocado en el fenómeno de adicción en jóvenes y adolescentes, la cantidad de tiempo y frecuencia con la que se conectan se relaciona con el sentimiento de soledad (Araujo Robles, 2016). En resumen, cuando el uso excesivo de las redes sociales conduce a la pérdida de control, síntomas de abstinencia es que se ha desarrollado una adicción a las redes sociales,



estableciendo la necesidad de pasar más tiempo en línea para sentirse satisfechos (Echeburúa y Corral, 2010). Por tanto, la adicción ocasiona un impacto negativo en la vida diaria consecuencias como fracaso escolar, trastorno de emociones (sentir solamente frustración, fastidio, enojo y agotamiento) y de más sucesos negativos.

#### **d. Dimensiones de adicción a las redes sociales**

La adicción a las redes sociales se ha definido como una obsesión, estar preocupado constantemente, una falta de control sobre el tiempo dedicado a ellas, un comportamiento problemático y compulsivo con el uso excesivo de las redes sociales.

- Obsesión por las redes sociales. Se refiere a enfocar su atención y pensar constantemente incluso si está realizando otras actividades, imaginar en lo que podría estar haciendo si estuviera conectado, necesidad por permanecer conectado, la ansiedad y preocupación cuando no es posible acceder a las redes y como consecuencia el descuido de la familia o amigos y cambios de humor en los momentos de abstinencia todos estos signos considerados como indicativos de adicción (Escurra y salas, 2014; Araujo Robles, 2016).
- Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Se refiere a la sensación de no poder controlar el tiempo dedicado para conectarse y la preocupación al no poder interrumpir la conexión a las redes, la frecuencia y la intensidad de uso conlleva al descuido de las tareas y los estudios (Escurra y salas, 2014; Araujo Robles, 2016). Un elemento



importante en el problema de conductas adictivas en los adolescentes es la prevención, aumentando la conciencia sobre el uso correcto, fortaleciendo los recursos psicosociales, a fin de que pueden tomar decisiones adecuadas y autogestionar su comportamiento (Klimenko et al., 2021).

- **Uso excesivo de las redes sociales.** Se refiere a la incapacidad para controlar el tiempo excesivo de uso las redes sociales y no logra disminuir la cantidad de tiempo. Es decir, no respeta el tiempo destinado a estar conectado y excede ese tiempo, pierde la noción del tiempo y aun en clase se conecta (Escorra y salas, 2014; Araujo Robles, 2016). El deseo de no perderse y estar atento a cada notificación, aumenta el riesgo de encontrar contenido inapropiado (Varchetta, et al., 2020). Los adolescentes se conectan para reducir el estrés, pero esto genera dependencia psicológica desde luego crea la necesidad de volverse a conectar para estar bien, en unión con otras dimensiones estas conductas pueden desencadenarse en la adicción.

#### **e. Características de un adicto a las redes sociales**

Las personas con adicción a las redes sociales son propensas a pasar largas horas navegando en la red, llegan a sentir ansiedad cuando no están activos en su cuenta, descuidando sus responsabilidades y relaciones personales. Realizan publicaciones buscando la aprobación a través de la cantidad de reacciones, en caso de no lograr una cierta cantidad de reacciones experimentan frustración.



Young (1998, como se citó en Echeburúa y Corral, 2010) menciona algunas señales de alerta que indican una adicción a las redes sociales:

- Dormir menos de cinco horas para mantenerse conectado a la red por un tiempo exagerado.
- Ignorar actividades familiares, las relaciones sociales, los estudios o el cuidado de la salud.
- Recibir quejas del uso de Internet de parte de los padres o amigos.
- Pensar o sentir que está perdiendo algo importante cuando no está conectado. Sentirse irritable si la conexión falla o se vuelva lenta.
- Proponerse en disminuir el tiempo de uso de la red, pero sin cumplir lo propuesto.
- No decir verdad sobre el tiempo real que pasa conectado en línea.
- Aislamiento social, irritabilidad y bajo rendimiento académico.
- Sentir euforia inusual y entusiasmo de estar conectado nuevamente.

Según Chóliz y Marco (2012, como se citó en Valencia Ortiz et al., 2021) menciona varios comportamientos de una persona adicto a las redes sociales: a. Da toda la atención convirtiéndola en lo más importante, b. Cambios de humor con facilidad, c. Tolerancia: requiere incrementar la cantidad de tiempo para estar conectado, d. Abstinencia: muestra conductas desagradables cuando se interrumpe o se reduce la conexión, e. Conflicto: personal e interpersonal, f. Recaída: volver a la actividad después del periodo de abstinencia.



## **f. Recomendaciones para un uso adecuado de las redes sociales**

A modo de resumen, Echeburúa y Requesens (2012) consideran algunas de las pautas.

- Las redes sociales no son para sustituir las relaciones interpersonales presenciales.
- No se garantiza la confidencialidad de los datos personales. Por ello, evitar exponerlo al público.
- Se recomienda determinar la hora y acceder solo a esa hora a las redes sociales.
- Se debe limitar el tiempo de conexión de 1 a 2 horas al día y respetarlo.
- La conexión a la red debe tener un propósito específico (por ejemplo, enviar trabajos o hablar con un amigo).
- Las redes sociales no deben interferir en la vida real (estudios, familia, etc.)
- Los padres no deben usar las redes sociales como premio o castigo.
- Las redes sociales no deberían reemplazar los pasatiempos.

### **2.2.2. Hábitos de estudio**

La definición de hábitos de estudio es diversa, para mostrar su concepto se toma como referencia las investigaciones académicas con relación al tema. Uno de los autores que define los hábitos de estudio es García (2019), que define como un conjunto de conductas adquiridas a través de acciones que realizamos todos los días. Para Vicuña (1998, como citado en Valencia, 2016) “hábito de estudio es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones



específicas generalmente de tipo rutinaria, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar” (p. 38). Este concepto muestra los comportamientos de los alumnos y la manera en que se expresan en situaciones académicas habituales.

La palabra hábitos se refiere a una conducta instintiva que se repite constantemente en actividades académicas, los estudiantes lo realizan cuando empiezan un proceso de aprendizaje, pero los hábitos difieren de acuerdo a los diversos factores determinados por las vivencias de cada estudiante, los hábitos de estudio adquiridos pueden favorecer u obstaculizar el logro del aprendizaje, es importante conocer técnicas de aprendizaje, destinar un lugar de estudio, organizar el tiempo y los horarios para no acumular las tareas, la práctica constante de buenos hábitos de estudio es parte integral en el éxito académico ( Cárdenas et al., 2018; Capdevila y Bellmunt, 2016).

Las estrategias de estudio se cumplen a plenitud teniendo buenos hábitos de estudio, los estudiantes que no practican buenos hábitos de estudio son más propensos a sentir incertidumbre al momento de la evaluación, algunas investigaciones realizadas muestran que las mujeres tienden a tener mejores hábitos a comparación de los hombres (Cedeño Meza et al., 2020). Existe un grupo de estudiantes que pierden el interés al ver que su esfuerzo no da fruto, porque siempre esta delante de ellos unos estudiantes con mejores calificaciones, sin embargo, la razón puede ser que no están actualizando sus hábitos de estudio y el que sobresale constantemente practica y mejora hábitos de estudio que practican los demás estudiantes (Santos, 2019).





### **a. formación de los hábitos de estudio**

Según Cárdenas et al. (2018) Cuando hablamos de hábitos nos referimos a acciones constantes que realizan los estudiantes y generalmente son beneficiosas para las actividades de aprendizaje, la organización de los buenos hábitos de estudio promueve la adquisición de habilidades para estudiar y se refleja en los logros académicos. Los hábitos son patrones consistentes e inconsistentes, un factor importante en la vida de las personas, de modo cotidiano que expresan nuestra personalidad y forman nuestra efectividad o ineficacia. (Mondragón Albarrán et al., 2017).

Las acciones referidas a las actitudes de aprendizaje intervienen en la formación de hábitos de aprendizaje, pues si hay voluntad y deseo de aprender, aumentará la concentración y atención fortaleciendo su interés por el conocimiento, además, el ambiente de estudio adecuado contribuye a mejorar el desempeño (Castellanos et al., 2021). Para formar un hábito se requiere la intersección de tres elementos: el conocimiento se refiere a (que hacer y por qué), las capacidades (como hacer) y el deseo (querer hacer), para crear un hábito necesitamos estos tres elementos (Covey, 1989).

También García (2019) afirma que para desarrollar hábitos de estudio requiere el uso de los procesos cognitivos, asimismo mantener la coordinación con todos los agentes de la comunidad educativa para que entre todos se enseñe a los estudiantes a aprender. Aquí hay algunas sugerencias para desarrollar hábitos de estudio: Establecer una rutina de estudio todos los días a la misma hora, supervisar que los horarios se cumplan, separar los tiempos en bloques



de estudio-recreo-estudio, destinar un lugar adecuado, silencioso y cómodo, retirar las distracciones tecnológicas (televisión, móvil, etc.) y evitar estudiar acostado en la cama o comiendo.

Los hábitos se adquieren con el cumplimiento constante de las actividades y perseverancia, el hábito de estudiar permanecerá cuando de manera regular se respete el lugar y la hora de estudio, los métodos que utilizan para aprender, la capacidad para evitar distracciones, la concentración al momento de estudiar y el esfuerzo durante el desarrollo de las tareas escolares ayudan a describir el termino hábitos de estudio (Cartagena, 2008).

La formación de los hábitos de estudio es un proceso y los docentes cumplen su función enseñando a elaborar horarios de estudio, guiando como organizar el uso del tiempo libre, mostrando métodos para realizar una lectura, fomentando la curiosidad científica e induciendo al estudiante a que cuestione, preguntar es otro modo de aprender.

#### **b. Condiciones básicas para la formación de Hábitos de Estudio**

Los hábitos de estudio según Cartagena (2008) son incorporados en la vida académica para mejorar la eficacia de los aprendizajes, Los hábitos se jerarquizan en función al esfuerzo y dedicatoria destinado a conductas, la formación de hábitos de estudio eficaces implica varios componentes como: Establecer un horario de estudio, crear un espacio de estudio, utilizar técnicas de estudio, establecer metas de estudio, dormir adecuadamente, usar recursos de apoyo, controlar el estrés, alimentación saludable y ejercicio físico, la



autoevaluación, la autoconfianza y la motivación son pieza fundamental para un estudio efectivo.

Planificación y gestión del tiempo. La planificación es elemental para trazar el camino del estudio, La planificación consiste en establecer metas claras y es esencial para mantener buenos hábitos de estudio, los estudiantes que tienen un propósito definido están más comprometidos y enfocados, para ello es importante la gestión del tiempo, es decir, una organización adecuada de actividades a desarrollar dentro y fuera del aula, crear horarios de estudio de cada asignatura, destinar tiempo para descansos evita la procrastinación, además, para los alumnos que practican actividades extra escolares es más beneficio contar con el plan de trabajo, se puede establecer un plan con actividades a desarrollar durante la semana ya que el tiempo libre es mínimo por lo cual deben aprovechar cada momento (Mondragón Albarrán et al., 2017; Capdevila y Bellmunt, 2016).

Ambiente de estudio. Para Rojas y Bedregal (2020) el ambiente de estudio es un espacio destinado exclusivamente para estudiar y bien organizado, esto implica elegir un lugar tranquilo y libre de distracciones, con materiales y recursos de estudio a disposición, es indispensable contar con iluminación adecuada esto puede mejorar la concentración y obtener un mejor aprendizaje.

Para obtener una mejora en los hábitos de estudio, el entorno de estudio lugar donde el estudiante realiza sus tareas académicas, debe tener buena iluminación, ventilación y sin ruidos, es importante respetar las horas de



estudio, estudiar en sitios como la cocina, la sala, favorece al agotamiento y tener el celular cerca es una distracción (Capdevila y Bellmunt, 2016).

Técnicas de estudio. En la opinión de Salinas (2020) las técnicas de estudio derivan del método de estudio, el método es el camino, la técnica es la manera de avanzar por el camino, las técnicas se utilizan para obtener provecho a las rutinas de estudio, por ejemplo: el resumen, la toma de apuntes, la elaboración de mapas conceptuales. La tecnología ha cambiado la manera de estudiar, los recursos digitales como las aplicaciones y plataformas de aprendizaje son herramientas beneficiosas si se utiliza de manera efectiva.

Las técnicas de estudio para Balseca (2018) consisten en una serie de elementos o herramientas que los estudiantes utilizan al momento de estudiar para mejorar la comprensión, sintetizar la información, razonar y memorizar, las buenas técnica de estudio son tomar notas de las asignaturas, realizar un mapa conceptual, cuadro sinóptico, diagrama de flujo, rueda de atributos, cadena de secuencias, diagrama causa y efecto, emplear la mnemotecnia, preparar un resumen de la clase, lectura rápida de los contenidos, subrayar las ideas principales y secundarias, hacer el resumen del texto después de haber subrayado. La finalidad es promover la concentración durante el proceso de aprendizaje del estudiante.

### **c. La importancia de los hábitos de estudio**

Cada día enfrentamos situaciones nuevas, es ahí donde se estima la importancia de convertir las acciones en hábitos y la forma de lograrlo es a través de la repetición de las acciones, los hábitos facilitan la realización de



cualquier actividad de manera rápida, eficiente y precisa, permitiendo reducir el esfuerzo físico y mental que afecta nuestra calidad de vida (Capdevila y Bellmunt, 2016). También Cedeño Meza et al. (2020) dice que los hábitos de estudio son acciones que se aprende por repetición, hay buenos hábitos que ayudan a los individuos a conseguir sus metas y malos hábitos como estudiar todo el contenido momentos antes de la evaluación, esto genera desesperación y frustración a la hora de responder la evaluación, como consecuencia bajas calificaciones.

El hábito de estudio es el resultado de esfuerzo, dedicación y disciplina y se convierten en herramientas importantes que permiten a los estudiantes alcanzar las metas específicas de estudio, Es indispensable la formación y consolidación de los hábitos de estudio como estrategias para hacer frente a los contenidos de aprendizaje en todos los niveles educativos, también es importante si se quiere progresar en el aprendizaje de la educación superior (Mondragón Albarrán et al., 2017).

#### **d. Hábitos de estudio usados por los estudiantes más exitosos**

Santos (2019) Analizando a los estudiantes que consiguen obtener las mejores puntuaciones en diferentes universidades realizó una lista de hábitos de estudio que son los siguientes:

- Crear un Plan de Estudio: Consiste en realizar un calendario de actividades cronológicamente ordenado para evitar la acumulación de los trabajos.



- Tomar Descansos: Durante las sesiones de aprendizaje es recomendable dividir el tiempo para descansar entre las sesiones.
- Crear Apuntes Propios: Este hábito permite personalizar el aprendizaje de cada estudiante.
- Dormir lo Suficiente: Es importante descansar adecuadamente, así el cerebro asimila la información con facilidad.
- Realizar Preguntas: Tener experiencias de aprendizaje mediante las preguntas.
- Repasar Regularmente: Permite poner a prueba el conocimiento y mantenerlo en la memoria a largo plazo.
- Aprender de los Errores: Analizar constantemente los fallos, por ejemplo, en los exámenes.
- Practicar Bajo Condiciones de Examen: Consiste en realizar pruebas y exámenes de simulacro cada cierto tiempo.
- Aplicar el Conocimiento a Problemas Reales: Entender conceptos y averiguar cómo poner en práctica para resolver problemas reales.
- Concentrarse solo en el estudio y no usar el móvil: Durante una sesión de estudio es recomendable evitar las distracciones activando el modo avión del móvil.
- Escuchar música mientras se estudia: La música durante el estudio es beneficioso, pero, se recomienda música clásica.
- Estudiar el temario entero la noche antes no sirve de nada: Esta sobrecarga de información solo abruma.
- Meditar: Ayuda a reducir el estrés académico.



- Descubrir nuevas formas de aprender: Encontrar nuevos métodos para estar activo.
- Seguir lo que les Apasiona: Esto es una motivación para aprender constantemente.

La lista mencionada líneas arriba es referencial, la práctica se recomienda que se realice regularmente en un ambiente adecuado, espacioso sin factores de distracción. Los buenos hábitos de estudio que se forman mediante procedimientos, el lugar y el tiempo de estudio que se reflejará en excelentes resultados académicos de los estudiantes (Bárcena Taco y Arias Lazarte, 2016). También permite conocer técnicas, crear estrategias y métodos que tiene a su disposición cada estudiante, los padres pueden suministrar ambientes tranquilos y materiales necesarios a sus hijos para que estudien dado que algunos problemas de fracaso escolar en la secundaria están relacionados con los hábitos de estudio (Mondragón Albarrán et al., 2017).

Teniendo en cuenta las definiciones de cada autor que se ha citado, en esta investigación se empleará el concepto de hábitos de estudio en el sentido de que los estudiantes lo obtienen por repetición y de forma regular para adquirir conocimientos: ¿Cómo estudia?, ¿Cómo hace las tareas? ¿Cómo se prepara para sus exámenes?, ¿Cómo escucha las clases? y ¿Qué acompaña a sus momentos de estudio?



#### e. Dimensiones del hábito de estudio

Figueroa Quiñones et al. (2019) y Ruiz (2022) especifican los cinco factores de los hábitos de estudio, en el 2014 las dimensiones fueron renombradas por Vicuña Peri de la siguiente manera:

- Forma de estudiar es ¿Cómo estudia usted? Se refiere a las estrategias que utiliza el estudiante durante el tiempo de estudio, la manera de organizarse para estudiar con técnicas de estudio (ej., repasos mediante lecturas, si subraya al leer, si utiliza el diccionario, si comprende o no lo que lee, como memoriza lo que lee).
- Resolución de tareas es ¿Cómo hace sus tareas? Se refiere a la organización y las estrategias que usa cada estudiante para realizar sus tareas académicas (ej., cuanto tiempo le lleva hacer sus tareas, como realiza sus resúmenes, si responde o no sin comprender, si prioriza o no el orden y la presentación, si pide ayuda o no a otras personas, como categoriza sus tareas).
- Preparación para exámenes es ¿Cómo se prepara para sus exámenes? Se refiere la manera de prepararse para las evaluaciones, es decir, el estudiante como se organiza para rendir con éxito los exámenes (ej., el tiempo que se invierte para estudiar, como organiza el tiempo para el examen, si estudia en el último minuto, si hace trampa en el examen, como selecciona los contenidos, si se olvida o no lo que estudia).
- Forma de escuchar la clase es ¿Cómo escucha las clases? Se refiere a las actitudes del estudiante durante la sesión de aprendizaje en el aula, a las acciones que realiza (ej., si se mantiene atento o se distrae





fácilmente en clases, como toma apuntes, como ordena la información que recibe, si realiza interrogantes pertinentes o no).

- ¿Qué acompaña a sus momentos de estudio? Se refiere a los elementos que permite el estudiante, pero no afecta la concentración mientras estudia (ej., escuchar música clásica, pero reducir a los distractores como la televisión, conversaciones con los padres o amigos).

### **2.2.3. Relación entre redes sociales y hábitos de estudio.**

Las redes sociales se pueden convertir en una influencia positiva o negativa en los hábitos de estudio, utilizar las redes sociales tiene sus ventajas como trabajo en equipo, la socialización e intercambio de experiencias, los estudiantes pueden unirse a grupos de estudio en diferentes plataformas, varias redes sociales ofrecen acceso a recursos educativos (Balseca, 2018). Pero si a la hora de estudiar acceden a sus cuentas será difícil concentrarse y aplazaran sus tareas de estudio para estar conectado.

Es evidente que el problema no es las redes sociales, sino el inadecuado uso de estas que puede terminar en dependencia que podría afectar los hábitos de estudio, los docentes y padres de familia deben de tomar el control, esto puede incluir establecer límites de tiempo, utilizar aplicaciones de bloqueo de sitios web durante el estudio entre otros. En fin, la relación entre las redes sociales y los hábitos de estudio depende cómo el individuo gestiona el tiempo de uso de estas plataformas, es importante que los estudiantes desarrollen estrategias para minimizar las distracciones y aprovechar las ventajas educativas que ofrecen las redes sociales.



#### 2.2.4. Marco referencial

- **Adicción.** Se caracteriza por una conducta de dependencia hacia una sustancia, actividad o situación, de tal manera que se vuelve perjudiciales para la salud física como para la salud mental del individuo en cuestión, se identifica por determinadas características comportamentales; como la frecuencia, la intensidad o el tiempo de uso sobre todo por el grado de incapacidad para realizar actividades diarias.
- **Adicción a las redes sociales.** Es dependencia de manera psicológica, las principales características son: la obsesión, el descontrol y el uso excesivo de las redes sociales.
- **Falta de control personal.** Es cuando se prioriza permanecer conectado a las redes sociales sin ser capaz de autocontrolarse y descuidar los deberes académicos, laborales o familiares.
- **Obsesión por las redes sociales.** Es centrar el pensamiento, la atención y concentración en esta única actividad, esto genera preocupación y ansiedad cuando esta desconectado.
- **Uso excesivo de las redes sociales.** Es la incapacidad para manejar el tiempo y la frecuencia de uso de las redes sin poder reducir el tiempo de uso.
- **Redes Sociales.** Son plataformas digitales que facilita la comunicación y el intercambio de información entre personas que tienen un perfil público o privado.



- **Hábitos de estudio.** Son conductas rutinarias que los estudiantes utilizan para adquirir conocimientos, valores y aptitudes para lograr el éxito académico.
- **Facebook.** Es la red social más popular a nivel mundial por su gran adhesión que ofrece diferentes formas de expresión a comparación de Twitter.
- **WhatsApp.** Es la red de mensajería instantánea, los usuarios pueden enviar y recibir imágenes, videos cortos, mensajes de audio y crear grupos.
- **Messenger.** Es una red de mensajería que está dentro de Facebook, permite crear grupos profesionales, realizar llamadas entre otras.
- **YouTube.** En esta red los usuarios pueden visualizar, compartir, transmitir, subir y crear vídeos como: musicales, tutoriales, películas o video gaming.
- **Instagram.** En esta red social los usuarios pueden subir, visualizar y compartir fotos y vídeos cortos conocidos como reels.
- **Twitter.** Es la red social de tipo Microblogging, los usuarios pueden enviar y leer mensajes cortos que son más conocidos como twist.
- **Tik Tok.** Permite crear y compartir contenido, los videos cortos son 30 segundos a 10 minutos.
- **Spotify.** Es la red de tipo música, los usuarios pueden escuchar música o crear una colección de sus músicas favoritas y compartirla a los demás.

## CAPITULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza está ubicada en el jirón Tupac Amaru S/N, barrio Pedro Vilcapaza del distrito de Azángaro, provincia Azángaro de la región de Puno. A una altitud de 3859 metros sobre nivel del mar en la meseta del Collao, al noroeste del lago Titicaca.

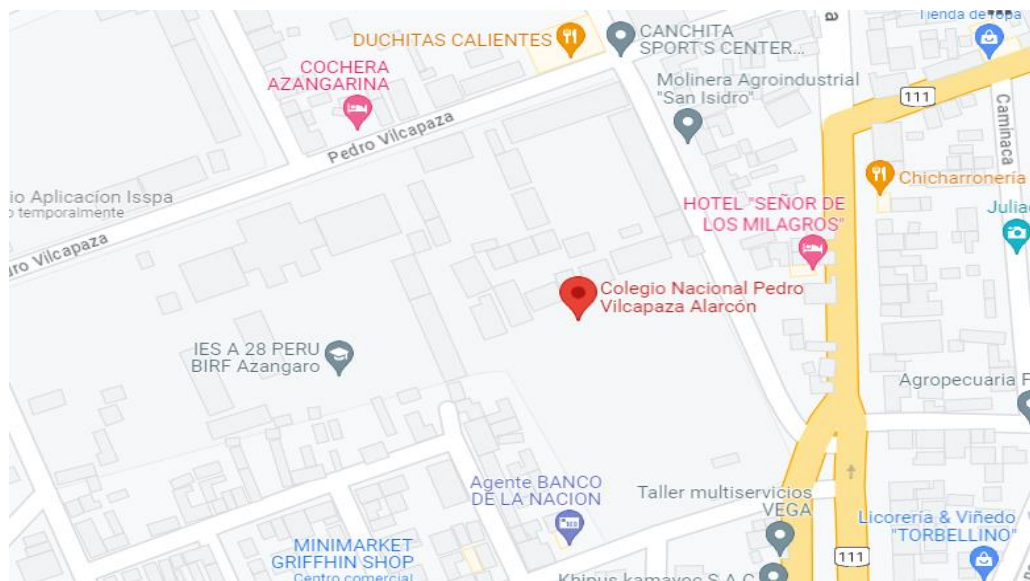
##### 3.1.1. La coordenada geográfica

Latitud: -14.913008

Longitud: -70.199455

#### Figura 1

*Ubicación geográfica de la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón*



Nota: Imagen obtenida de Google Maps



### **3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO**

El estudio se realizó en un periodo de 7 meses, se dio inicio en abril y finalizó en octubre del 2023:

- Mes de abril: adaptación de los instrumentos y coordinaciones con la Institución Educativa Secundaria Pedro Vilcapaza Alarcón.
- Mes de mayo: se realizó la aplicación de los dos instrumentos de la investigación.
- Mes de junio, julio y agosto: se empezó la redacción del informe.
- Mes de septiembre: se procesó e interpretó los datos obtenidos.
- Mes de octubre: revisión del borrador.
- Mes de diciembre: presentación del informe final.

### **3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO**

#### **3.3.1. La técnica**

La técnica fue la encuesta, Niño (2011) menciona que la encuesta permite obtener datos de una población o muestra, de esta manera identificar sus opiniones, actitudes, intereses, experiencias, etc. Las ventajas son la accesibilidad, objetividad y mayor confianza al momento de responder por parte de la persona.

#### **3.3.2. Instrumento**

El instrumento que se utilizó fue el cuestionario, para Hernández et al. (2014) el cuestionario es el instrumento estandarizado que empleamos para recoger los datos que consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Los instrumentos que se utilizaron en la investigación fueron el



Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Inventario de hábitos de estudio CASM-85.

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos deben cumplir con dos condiciones: confiabilidad y validez. Según Niño (2011) la confiabilidad es primordial, porque garantiza la exactitud y la veracidad de los datos. “la validez ... se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable” (Hernández et al., 2014, p. 201).

#### **a. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales**

El cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) está conformado por 3 dimensiones, consta de 24 ítems en su forma reducida, escala de tipo Likert con un rango de 5 puntos (de 0 = nunca a 4 = siempre). El instrumento está diseñado para evaluar la adicción a redes sociales en estudiantes de los últimos grados de secundaria y estudiantes de nivel superior.



**Tabla 2**

*Descripción del cuestionario de Adicción a Redes Sociales*

<b>Datos</b>	<b>Descripción</b>
Nombre	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales
Autores	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Procedencia	Lima, Perú
Año	2014
Versión reducida	Consta de 24 ítems
Administración	Grupal o individual
Población	A partir de los 15 años
Duración	De 10 a 15 minutos aproximadamente
Finalidad	Para el uso o investigación del diagnóstico de adicciones a redes sociales.
Escala de tipo Likert	Siempre (S) = 4, Casi siempre (CS) = 3, A veces (AV) = 2, Rara vez (RV) = 1 Nunca (N) = 0 El ítem 13 se puntúa de manera inversa.
Dimensiones	Obsesión por las Redes Sociales de 10 ítems. Falta de Control Personal consta de 6 ítems Uso Excesivo de las Redes Sociales 8 ítems.
Nivel	Muy alto Alto Media Bajo Muy bajo

Nota: Ecurra y Salas (2014) Ficha técnica del cuestionario de adicción a las redes sociales

**Validez y confiabilidad.** De acuerdo al análisis de construcción y validación realizado por Ecurra y Salas (2014) la confiabilidad del

cuestionario mediante el coeficiente alfa de Cronbach, en cada una de sus dimensiones como: Obsesión por las Redes Sociales, Falta de Control Personal y Uso Excesivo de las Redes Sociales obtuvieron valores elevados de 0,91, 0,89 y 0,92 respectivamente; Además, el instrumento proporciona evidencia de validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio cumpliendo con los requerimientos de la teoría clásica de los test.

### **Tabla 3**

*Baremo del cuestionario adicción a las redes sociales*

<b>Nivel de adicción</b>	<b>Total</b>
Muy bajo	0 - 18
Bajo	19 - 37
Medio	38 - 56
Alto	57 – 75
Muy alto	76 – 96

Nota: Elaboración propia de los niveles de adicción del cuestionario ARS

#### **b. Inventario de hábitos de estudio CASM-85**

Para recoger la información sobre las características de los estudiantes respecto a los hábitos de estudio se aplicó el Inventario de hábitos de estudio CASM-85 de Vicuña Peri en su forma reducida de 45 ítems. Su objetivo es la medición y diagnóstico de los hábitos de estudio de alumnos de secundaria y de los primeros años de la educación superior, está distribuido en 5 dimensiones, la forma reducida del CASM-85 ha demostrado altas cualidades psicométricas que su forma original (Figuroa Quiñones et al., 2019).





**Tabla 4**

*Descripción del Inventario de hábitos de estudio CASM-85*

<b>Datos</b>	<b>Descripción</b>
Nombre	Inventario de hábitos de estudio CASM-85.
Autor	DR. Luis Alberto Vicuña Peri
Procedencia	Lima
Año	1998
Versión reducida	A 45 ítems por (Figueroa Quiñones et al., 2019).
Administración	Colectiva o individual
Población	Estudiantes de nivel secundario y superior
Duración	De 20 minutos aproximadamente
Objetivo	El diagnóstico de estudiantes respecto a los hábitos de estudio.
Escala	Los ítems son de respuesta dicotómica Siempre (S) = 1 Nunca (N) = 0
Dimensiones	I. Forma de estudiar de 11 ítems. II. Resolución de tareas de 8 ítems. III. Preparación para exámenes de 8 ítems. IV. Forma de escuchar la clase de 10 ítems. V. Qué acompaña sus momentos de 8 ítems.
Nivel	Muy positivo Positivo Tendencia (+) Tendencia (-) Negativo Muy negativo.

Nota: Figueroa Quiñones et al. (2019) Ficha técnica del inventario hábitos de estudio

**Confiabilidad y validez.** la confiabilidad del inventario CASM-85 establecida mediante la prueba alfa Cronbach fue de 0,86 es decir el

instrumento es bueno y según la población evaluada en Arequipa 0,84, Chimbote 0,89, Lima 0,88 y Pucallpa 0,87. En conclusión, el instrumento es válido y confiable (Figuroa Quiñones et al., 2019). La aplicación del instrumento es recomendable a nivel nacional.

**Tabla 5**

*Baremo del inventario de hábitos de estudio*

Nivel	DIMENSIÓN					Total
	I	II	III	IV	V	
Muy positivo	11	8	8	10	8	37 - 45
Positivo	10	7	7	9	7	30 - 36
Tendencia (+)	7 - 9	4 - 6	4 - 6	5 - 8	4 - 6	22 - 29
Tendencia (-)	5 - 6	2 - 3	2 - 3	3 - 4	3	15 - 21
Negativo	3 - 4	1	1	2	2	11 - 14
Muy negativo.	0 - 2	0	0	0-1	0 - 1	0 - 10

Nota: Figuroa Quiñones et al. (2019) Norma de calificación para la versión reducida 45 ítems del CASM-85

### 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

#### 3.4.1. Población

La población en una definición cuantitativa indica la cantidad exacta de los individuos (Rodríguez, 2011). En esta investigación, se consideró como población a todos los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.



**Tabla 6**

*Población de la investigación*

Grado	Estudiantes		Subtotal
	M	F	
Primero	103	99	202
Segundo	124	96	220
Tercero	99	85	184
Cuarto	80	99	179
Quinto	82	110	192
Total	488	489	977

Nota: Escala del MINEDU 2022

### 3.4.2. Muestra

La muestra se obtuvo por muestreo no probabilístico y muestreo por conveniencia donde el investigador elige de acuerdo a las características convenientes para la investigación (Monje, 2011). En este caso tomando como criterio las indicaciones de la ficha técnica de Adicción a Redes Sociales.

#### a. Criterios de inclusión

Los estudiantes regulares de cuarto y quinto grado mayor igual a 15 años y estudiantes que utilicen las redes sociales.

#### b. Criterios de exclusión

Estudiantes con preguntas omitidas en alguno de los instrumentos aplicados, estudiantes menores de 15 años, estudiantes que no acepten voluntariamente las encuestas y estudiantes que manifiesten no utilizar las redes sociales.



**Tabla 7**

*Muestra de la investigación*

<b>Grado</b>	<b>Estudiantes</b>		<b>Subtotal</b>
	<b>M</b>	<b>F</b>	
Cuarto	80	99	179
Quinto	82	110	192
<b>Total</b>	162	209	<b>371</b>

Nota: Escala del MINEDU 2022

Considerando los criterios de exclusión la muestra final se conformó de un total de 330 estudiantes.

### **3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO**

#### **3.5.1. Enfoque**

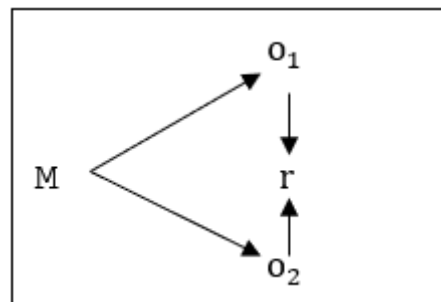
El enfoque de la investigación es cuantitativo porque los datos se transforman en valores numéricos para su respectivo análisis por medio de la estadística. En este enfoque los resultados encontrados en la muestra se generalizan a la población y se utiliza la lógica, el investigador busca someter las hipótesis. (Rodríguez, 2011).

#### **3.5.2. Diseño**

El diseño de la investigación es no experimental porque las variables son estudiadas en su contexto natural tal como se muestran, no se someten de forma deliberada a estímulos o condiciones experimentales a ninguna variable (Palella y Martins, 2012). Transversal por que los datos son recogidos en un mismo periodo de tiempo.

### 3.5.3. Tipo de investigación

El tipo de la investigación es correlacional descriptivo porque el propósito de este estudio es saber cómo se puede comportar una variable según la otra variable, la correlación puede ser positiva o negativa (Palella y Martins, 2012). La representación gráfica de la investigación es la siguiente:



$O_1 - - - r - - - O_2$

$O_1$  = Adicción a redes sociales.

$O_2$  = Hábitos de estudio.

$r$  = Relación entre las variables.

### 3.6. PROCEDIMIENTO

Primeramente, se pidió la autorización mediante solicitud dirigida al director de la Institución Educativa Secundaria, una vez obtenido el permiso se procedió a coordinar el subdirector la fecha de aplicación de los instrumentos, teniendo el visto bueno se coordinó con el personal entrenado para la aplicación de los instrumentos y además se contó con la ayuda de cada presidente de salón, antes de la aplicación de los instrumentos, se dio a conocer el objetivo de la investigación también se les indicó que revisen las instrucciones de los cuestionarios, los estudiantes respondieron a los cuestionarios en sus

respectivas aulas, se aplicó simultáneamente en 16 aulas a los estudiantes que aceptaron voluntariamente la participación en el estudio el anonimato estuvo garantizado, los cuestionarios CASM-85 y ARS fueron aplicados en formato físico. Finalmente se expresó agradecimiento a los estudiantes, docentes y a la Dirección de la IES por la participación activa durante la investigación.

### 3.7. VARIABLES

**Tabla 8**

*Operacionalización de variables*

<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ÍTEM</b>
Variable X	Obsesión por las redes sociales.	Pensamiento constante. Depresión.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 y 23.
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Preocupación Descuido de las tareas	4,11, 12, 14, 20 y 24.
	Uso excesivo de las redes sociales.	Dependencia. Dificultad para controlar el tiempo de uso	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21.



<b>Variab</b> les	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem</b>	
Variable Y	Forma de estudiar.	Subraya al leer.		
		Utiliza el diccionario.	1, 2, 3, 4, 5,	
		Comprende lo que lee.	6,7,8, 9, 10 y	
		Memoriza lo que lee.	11	
		Repasa lo que estudia.		
	Hábitos de estudio	Resolución de tareas.	Estudia lo que desea para los exámenes.	
			Realiza resúmenes.	12, 13, 14,
			Responde sin comprender.	15, 16, 17, 18
			Prioriza orden y presentación.	y 19
			Recorre a otras personas.	
Preparación para exámenes.	Preparación para exámenes.	Organiza su tiempo.		
		Categoriza las tareas.		
		Organiza el tiempo para el examen.		
		Estudia en el último minuto.		
		Hace trampa en el examen.	20, 21, 22,	
		Estudia lo que cree.	23, 24, 25, 26	
Forma de escuchar la clase.	Forma de escuchar la clase.	Selecciona contenidos.	y 27	
		Concluye parcialmente el tema estudiado.		
		Olvida lo que estudia.		
		Registra información.	28, 29, 30,	
		Ordena información.	31, 32, 33,	
		Realiza interrogantes pertinentes.	34, 35, 36, y	
			37	



<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem</b>
	Qué acompaña sus momentos de estudio	Responde a distracciones fácilmente Responde a factores externos.	38, 39,40,41, 42, 43, 44 y 45

Nota: Elaboración propia a partir de las fuentes bibliográficas

### **3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Para el respectivo análisis se trabajó con dos programas: se utilizó Microsoft Excel 2019 para consolidar la base de datos, para elaborar las tablas de frecuencia y los gráficos de barras. Los datos se procesaron de acuerdo a los objetivos de la investigación con el software IBM SPSS 25. Para comprobar las hipótesis, las variables de la investigación se sometieron a la prueba estadística no paramétrica rho de Spearman, con el 95% de confiabilidad y una significancia de  $p < 0,05$ . Una vez realizado las pruebas estadísticas pertinentes al presente tipo y diseño de investigación se presentó los resultados en tablas y gráficos respectivamente.



## CAPITULO IV

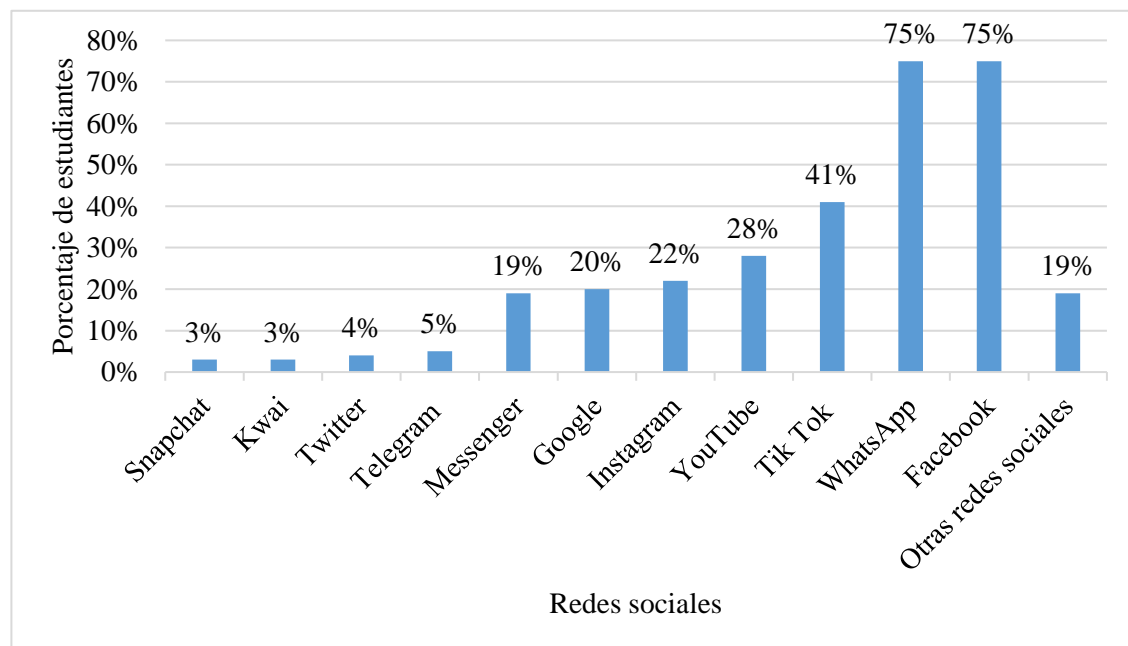
### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

En el presente capítulo, se exponen los resultados obtenidos a través de la encuesta realizada a 330 estudiantes. Los resultados son analizados de acuerdo con los objetivos de la investigación. A continuación, se presentan mediante figuras y tablas para facilitar la comprensión y visualización de los resultados identificados en la investigación.

**Figura 2**

*Redes sociales que usan los estudiantes de la IES Pedro Vilcapaza Alarcón*



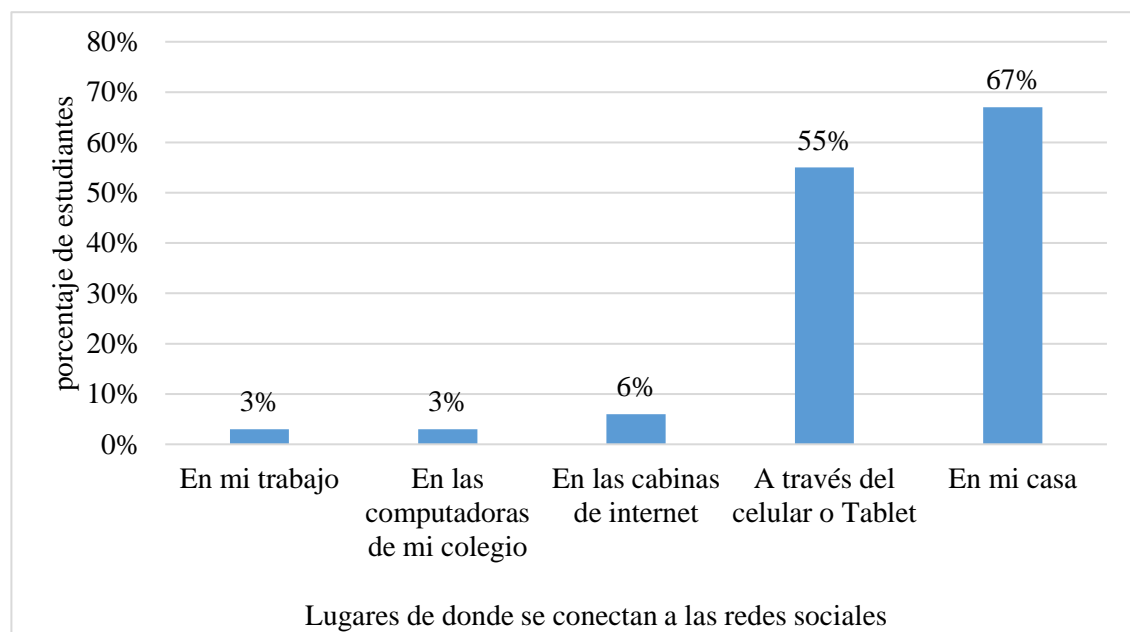
Nota: Consolidado de respuestas de la encuesta

La figura 2 proporciona una visión clara de las preferencias de los estudiantes en cuanto a plataformas de redes sociales, se puede observar que Snapchat y Kwai son utilizados por el 3% de los estudiantes cada uno (9 y 10 estudiantes, respectivamente), el 4% (14 estudiantes) hace uso de la plataforma Twitter, el 5% (15 estudiantes) hacen uso

de la plataforma Telegram, los porcentajes mencionados muestran la baja prevalencia de estas aplicaciones entre los estudiantes. El 19% (63 estudiantes) hacen uso de la plataforma Messenger, el 20% (67 estudiantes) hacen uso de la plataforma Google, el 22% (73 estudiantes) hacen uso de la plataforma Instagram, el 28% (93 estudiantes) hacen uso de la plataforma YouTube. El 41% (134 estudiantes) hace uso de la plataforma Tik Tok, el 75% (249 estudiantes), hace uso de la plataforma WhatsApp, asimismo, el 75% (249 estudiantes) hace uso de la plataforma Facebook y el 19% equivalente a 63 estudiantes, hacen uso de otras redes sociales que no están en la lista. Facebook, y WhatsApp se consolidan como las plataformas más populares entre los estudiantes seguida de la plataforma TikTok.

### Figura 3

*¿Dónde se conecta a las redes sociales?*



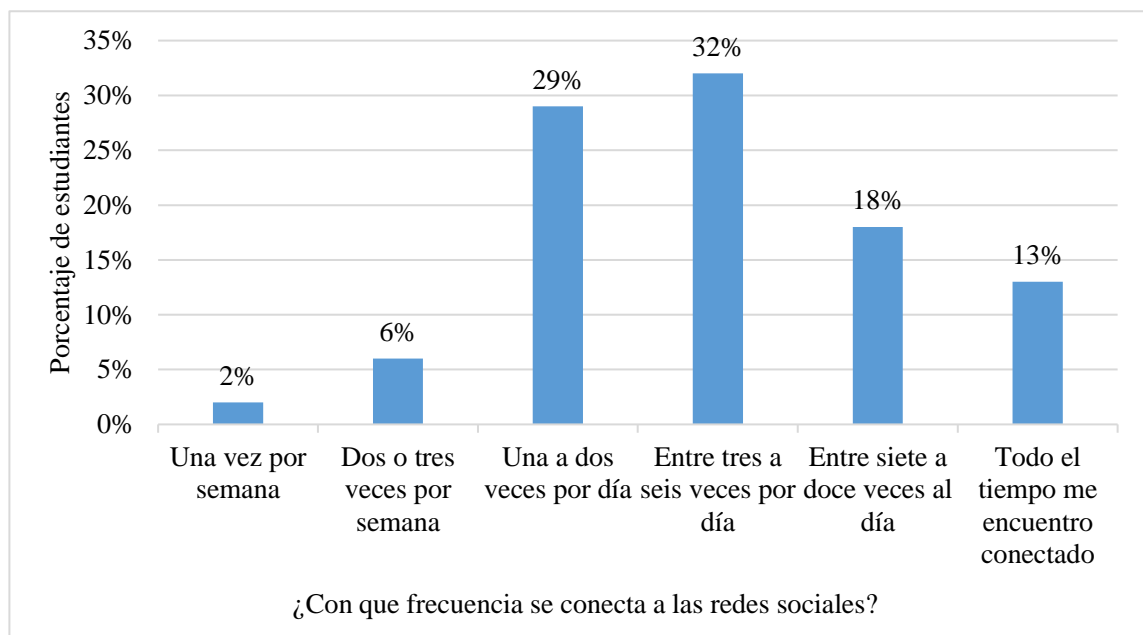
Nota: Consolidado de respuestas del cuestionario adicción a redes sociales

La figura 3 muestra los lugares de preferencia desde donde se conectan los 330 estudiantes encuestados, el 3% que es equivalente a 10 estudiantes, se conectan mediante

las computadoras de la institución educativa, asimismo, un 3% que es equivalente a 10 estudiantes, menciona utilizar su lugar de trabajo para acceder a las redes sociales, el 6% de los estudiantes encuestados que representa a 19 estudiantes, señala las cabinas de internet como lugar de conexión, un significativo 55% equivalente a 181 estudiantes, escoge a través del celular o tabletas para acceder a la red, se destaca que un 67% de los estudiantes equivalente a 222 estudiantes, prefieren conectarse desde la comodidad de sus hogares. Los estudiantes manifiestan los lugares de conexión, siendo la casa y el celular los que tienen mayor porcentaje.

#### Figura 4

*Frecuencia de uso de las redes sociales*



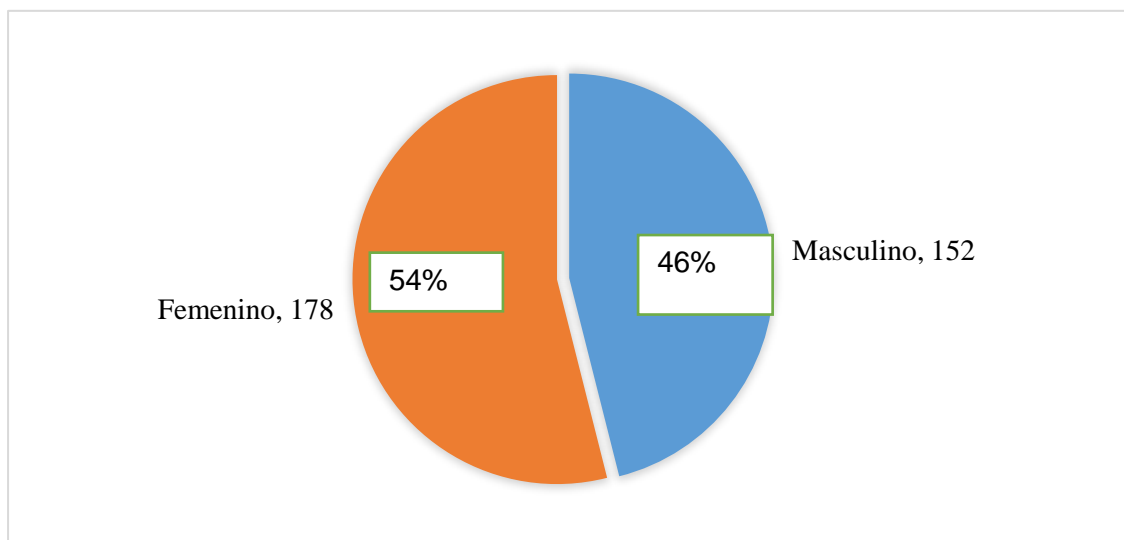
Nota: Consolidado de respuestas de la encuesta

En la figura 4, se observa una representación de la frecuencia de conexión de los 330 estudiantes encuestados, el 2% que son 8 estudiantes se conectan una vez por semana, el 6% que son 20 estudiantes mencionan que se conectan entre dos o tres veces por semana, mientras que el 29% que equivale a 96 estudiantes, indica que se conecta entre

una a dos veces por día, la conexión en estos estudiantes es frecuente pero no es constante, además, el 32% que son 104 estudiantes se conectan entre tres a seis veces por día, el 18% que equivale a 57 estudiantes, señala que se conecta entre siete a doce veces al día, por último, un porcentaje considerable del 13% que son 41 estudiantes, responden que se encuentran conectados todo el tiempo. Se evidencia que algunos estudiantes se conectan de manera constante y otros estudiantes que se conectan ocasionalmente.

### Figura 5

*Cantidad de estudiantes según género*

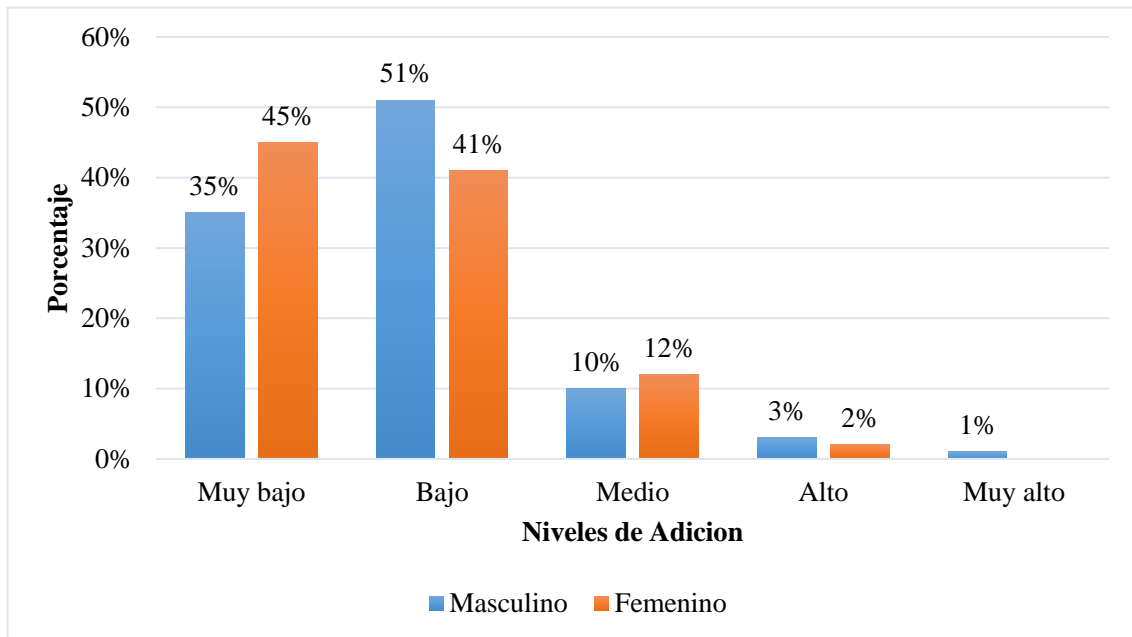


Nota: Consolidado de respuestas de la encuesta

La figura 5 ayuda a comprender la composición de los participantes de esta investigación, la muestra es 330 estudiantes de cuarto y quinto grado, el 54% representa a estudiantes que son mujeres, mientras que el 46% representa a estudiantes que son varones.

**Figura 6**

*Niveles de adicción a las redes sociales según género*

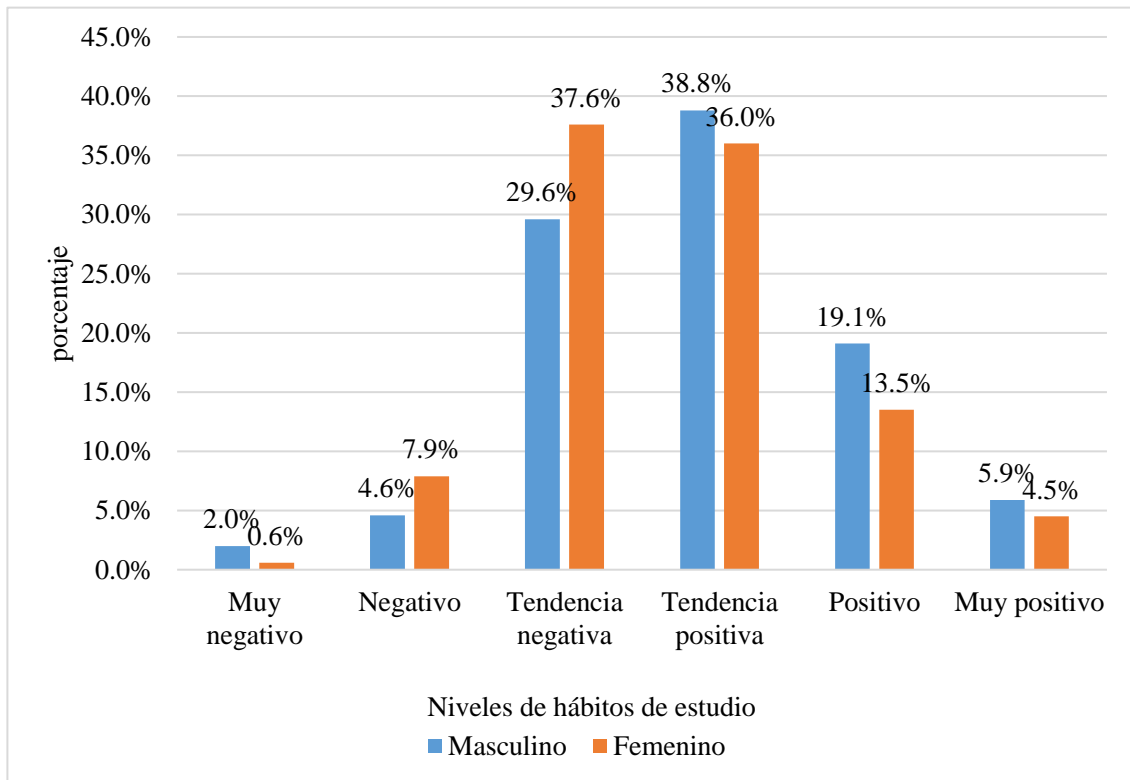


Nota: Consolidado de los ítems de la variable adicción a redes sociales

Según los datos plasmados en la figura 6, se observa que el 45% de mujeres y 35% de varones presentan una adicción muy baja, por otro lado, el 41% de mujeres y el 51% de varones presentan una adicción baja, los estudiantes no descuidan sus actividades después de utilizar las redes sociales. El 12% de mujeres y 10% de varones presenta una adicción media o moderada, es decir, los estudiantes muestran equilibrio entre el uso de las redes sociales y el cumplimiento de otras responsabilidades. Se identificó que el 2% de mujeres y 3% de varones presentan una adicción alta, asimismo, se destaca que el 1% de los varones presenta una adicción muy alta, indicando una posible dependencia que implica el descuido de otras actividades.

**Figura 7**

*Niveles de hábitos de estudio en estudiantes según género*



Nota: Consolidado de los ítems de la variable hábitos de estudio

Según los resultados mostrados en la figura 7, se observa que, en el nivel Muy Negativo, el 0.6% de mujeres y el 2% de varones evidencian una situación muy crítica en sus hábitos de estudio, mientras que el 7.9% de mujeres y el 4.6% de varones se encuentran en el nivel Negativo. Además, se identifica que el 37.6% de mujeres y el 29.6% de varones muestran una tendencia negativa en sus hábitos de estudio, un 36% de mujeres y 38.8% de varones muestran una tendencia positiva en sus hábitos de estudio. En el nivel Positivo se encuentran el 13.5% de las mujeres y el 19.1% de los varones, es decir, tienen hábitos de estudio satisfactorias. El 4.5% de las mujeres y el 5.9% de los varones se encuentran en el nivel Muy Positivo demostrando un desempeño excepcional en sus hábitos de estudio.

**Tabla 9**

*Prueba de Kolmogórov-Smirnov para los resultados de la variable adicción a redes sociales y las dimensiones de hábitos de estudio*

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a redes sociales	0,079	330	0,000
Hábitos de estudio	0,085	330	0,000
Forma de estudiar	0,143	330	0,000
Resolución de tareas	0,131	330	0,000
Preparación para exámenes	0,104	330	0,000
Forma de escuchar la clase	0,159	330	0,000
Que acompaña sus momentos de estudio	0,145	330	0,000

Nota: a. Corrección de significación de Lilliefors, gl=grados de libertad, Sig. = significancia estadística

En la tabla 9, se puede observar la prueba de Kolmogórov-Smirnov para la variable adicción a redes sociales y la variable hábitos de estudio, así mismo para las dimensiones de la variable hábitos de estudio las cuales son: forma de estudiar, resolución de tareas, preparación para exámenes, forma de escuchar la clase y que acompaña sus momentos de estudio, el nivel de significancia p valor es ( $p = 0,000 < 0,05$ ). De acuerdo a este resultado obtenido, se concluye que los datos no presentan una distribución normal, es decir, no hay normalidad. Viendo la naturaleza de los datos, se procede a utilizar la prueba estadística no paramétrica rho de Spearman.

#### 4.1.1. Contrastación de las hipótesis

**Tabla 10**

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y hábitos de estudio*

Rho de Spearman		Hábitos de estudio
Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	0,298**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 10, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,298$  y su valor de significancia es igual a 0,000 que es menor a 0,05. Este resultado evidencia una correlación positiva débil entre adicción a redes sociales y hábitos de estudio. Por consiguiente, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis general de la investigación.

**Tabla 11**

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión forma de estudiar*

Rho de Spearman		Forma de estudiar
Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	-0,156**
	Sig. (bilateral)	0,005
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 11, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = -0,156$  y su valor de significancia es igual a 0,005 que es menor que 0,05. Es decir, existe correlación negativa débil entre la



adicción a redes sociales y la dimensión forma de estudiar. En consecuencia, se acepta la hipótesis específica alterna de la investigación.

**Tabla 12**

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión resolución de tareas*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Resolución de tareas</b>
	Coeficiente de correlación	0,172**
Adicción a redes sociales	Sig. (bilateral)	0,002
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 12, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,172$  y su valor de significancia  $p = 0,002$  que es menor que 0,05. El resultado muestra que existe una correlación positiva débil entre la adicción a redes sociales y la dimensión resolución de tareas. Por consiguiente, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis específica alterna de la investigación.

**Tabla 13**

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión preparación para exámenes*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Preparación para exámenes</b>
	Coeficiente de correlación	0,282**
Adicción a redes sociales	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 13, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,282$  y su valor de significancia  $p = 0,000$  que es inferior a  $0,05$ . Según los resultados se afirma que existe una correlación positiva, la magnitud de la correlación es débil entre la adicción a redes sociales y la dimensión preparación para exámenes. Por consiguiente, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis específica alterna de la investigación.

#### Tabla 14

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión forma de escuchar la clase*

Rho de Spearman		Forma de escuchar la clase
Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	0,317**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 14, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,317$  y su valor de significancia es igual a  $0,000$  que es menor a  $0,05$ . Según los resultados se afirma que existe una correlación positiva débil entre la adicción a redes sociales y la dimensión forma de escuchar la clase, Por ende, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis específica alterna de la investigación.

**Tabla 15**

*Medida de correlación entre adicción a redes sociales y la dimensión que acompaña sus momentos de estudio*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Que acompaña sus momentos de estudio</b>
Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	0,286**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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

Finalmente, de acuerdo con los resultados presentados en la tabla 15, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,286$  y su valor de significancia es igual a 0,000 que es menor a 0,05; de acuerdo a los resultados se afirma que existe relación positiva débil entre la adicción a redes sociales y la dimensión que acompaña sus momentos de estudio. Por tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis específica alterna de la investigación.

**Tabla 16**

*Medida de correlación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y hábitos de estudio*

<b>Rho de Spearman</b>		<b>Hábitos de estudio</b>
Obsesión por las redes sociales	Coefficiente de correlación	0,332**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 16, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,332$  y su valor de significancia es igual a 0,000.



Este resultado evidencia una correlación positiva débil entre la dimensión obsesión por las redes sociales y hábitos de estudio.

**Tabla 17**

*Medida de correlación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y hábitos de estudio*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Hábitos de estudio</b>	
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Coefficiente de correlación	0,138*
	Sig. (bilateral)	0,012
	N	330

Nota: \*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 17, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,138$  y su valor de significancia es igual a 0,012 que es menor a 0,05. Este resultado evidencia una correlación positiva débil entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y hábitos de estudio.

**Tabla 18**

*Medida de correlación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y hábitos de estudio*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Hábitos de estudio</b>	
Uso excesivo de las redes sociales	Coefficiente de correlación	0,304**
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	330

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



De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 18, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,304$  y su valor de significancia es igual a  $0,000$ .

El resultado evidencia una correlación positiva débil entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y hábitos de estudio.

#### **4.2. DISCUSIÓN**

Según los hallazgos en la tabla 10, se observa un coeficiente de correlación positivo entre la adicción a redes sociales y hábitos de estudio, con un valor  $r_s = 0,298$  y  $p = 0,000 < 0,05$ . Esto indica una correlación positiva débil estadísticamente muy significativo, es necesario destacar que este resultado es contrario al resultado de Mendoza (2018), donde el coeficiente de Pearson que obtuvo es  $= - 0, 158$ , además, Espinoza (2017) obtuvo un índice de correlación negativo  $r$  de  $- 0,346$ , ambos autores obtuvieron como resultado una correlación negativa, aunque débil. Una de las razones de obtener un resultado diferente es la ubicación geográfica y el nivel educativo de los estudiantes, esta comparación puede abrir oportunidades para futuras investigaciones que busquen entender las razones detrás de las diferencias y así comprender el tema.

El resultado mostrado en la tabla 11, la correlación entre la variable adicción a redes sociales con la dimensión forma de estudiar indica un coeficiente de  $r_s = -0,156$  y  $p = 0,005$  que es menor que  $0,05$ . Se identificó que existe una correlación inversa de intensidad débil estadísticamente muy significativa, la adicción a redes sociales sí afecta a las estrategias durante el tiempo de estudio. Este resultado coincide con las conclusiones de Balseca (2018), Rojas y Bedregal (2020). Los autores mencionados manifiestan que el uso excesivo de las redes sociales incide en los hábitos de estudio de manera negativa.



De acuerdo con los resultados de la tabla 12, donde se muestra el coeficiente de correlación es positivo  $r_s = 0,172$  y su valor  $p = 0,002$  que es menor que  $0,05$ , este resultado señala una correlación positiva débil estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión resolución de tareas, el usar redes sociales no afecta a la organización y las estrategias del estudiante para realizar sus tareas. Este resultado difiere de la investigación de Flores (2021), en su estudio obtuvo una correlación inversa media  $-0,586$  y en conclusión manifestó que el nivel de adicción a redes sociales entre los estudiantes era alto.

De acuerdo con los resultados de la tabla 13, se observa un coeficiente de correlación positiva de  $r_s = 0,282$  y su valor  $p = 0,000$  que es menor a  $0,05$ . Según los resultados se afirma que existe una correlación positiva de intensidad débil muy significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión preparación para exámenes, usar las redes sociales no afecta la manera de prepararse para las evaluaciones. El resultado obtenido difiere de las investigaciones en el tipo de correlación, aun utilizando la misma metodología de investigación. Por otro lado, Ruiz (2022) obtuvo una relación inversa de intensidad moderada estadísticamente muy significativa  $r_s = -0,476$ ,  $p < 0,00$  y Molina (2021) obtuvo un coeficiente de correlación de TauB de Kendall de  $-0,320$ .

Según los hallazgos presentados en la tabla 14, se observa un coeficiente de correlación de  $r_s = 0,317$  y su valor  $p = 0,000$  que es menor a  $0,05$ . Se afirma que existe una correlación positiva débil estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión forma de escuchar la clase. Usar las redes sociales no afecta a las actitudes del estudiante en el aula. Estos resultados no se aproximan a los obtenidos por Amador Ortiz (2021), que en su investigación concluyó que la adicción a las redes



sociales si afecta el rendimiento académico, también afecta al desarrollo de buenos hábitos de estudio.

El último hallazgo mostrado en la tabla 15, se observa un coeficiente de correlación positiva de  $r_s = 0,286$  y su valor  $p = 0,000 < 0,05$ . Se afirma que existe relación positiva débil estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión que acompaña sus momentos de estudio, el uso de las redes sociales no interfiere en la concentración al momento de estudiar. Hoy en día, Los jóvenes son nativos digitales e interactúan desde muy temprana edad, por lo tanto, conocen las ventajas de tener como recurso académico a las redes sociales, además, las redes sociales se convierten en una buena herramienta para fomentar la educación entre usuarios que tienen intereses similares, trabajo en equipo, la socialización e intercambio de experiencias, también para unirse a grupos de estudio en las diferentes plataformas (Moreira et al., 2021; Klimenko et al., 2021; Durango, 2014 y Balseca, 2018).

Respecto a los niveles de adicción a redes sociales mostrado en la figura 6, el 45% de mujeres y 35% de varones presentan una adicción muy baja, el 41% de mujeres y el 51% de varones presentan una adicción baja, el 12% de mujeres y 10% de varones presenta una adicción media, el 2% de mujeres y 3% de varones presentan una adicción alta y el 1% de los varones presenta una adicción muy alta. Los resultados son similares a los que obtuvo Amador Ortiz (2021) , el 57% de los estudiantes se encuentran en el nivel de adicción baja, el 36% de los estudiantes se encuentran en el nivel de adicción media y el 7% de los estudiantes se encuentran en el nivel adicción alta, pero son diferentes a los resultados que obtuvo Valencia (2016), el 0% de los estudiantes hacen uso moderado, el 24,1% de estudiantes tienen riesgo de adicción y el 75,9% de estudiantes tienen adicción.



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Al relacionar las variables adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro, se identificó que existe una correlación positiva débil estadísticamente muy significativa. Dicho de otro modo, el uso de las redes sociales no afecta a los hábitos de estudio.

**SEGUNDA:** Al relacionar la variable adicción a redes sociales y la dimensión forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro, se identificó que existe una correlación inversa de intensidad débil estadísticamente muy significativa. Es decir, mayor adicción a redes sociales disminuyen las estrategias que utilizan los estudiantes durante el tiempo de estudio.

**TERCERA:** Al relacionar la variable adicción a redes sociales y la dimensión resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro, se identificó que existe correlación positiva débil estadísticamente muy significativa. Es decir, el uso de las redes sociales no afecta a la organización y las estrategias que usa cada estudiante para realizar sus tareas académicas.

**CUARTA:** Al relacionar la variable adicción a redes sociales y la dimensión preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de





Azángaro, se identificó que existe correlación positiva débil estadísticamente muy significativa. Es decir, el uso de las redes sociales no afecta la manera de prepararse para las evaluaciones y rendir con éxito los exámenes

**QUINTA:** Al relacionar la variable adicción a redes sociales y la dimensión forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro, se identificó que existe correlación positiva débil estadísticamente muy significativa. Es decir, el uso de las redes sociales no afecta a las actitudes del estudiante durante la sesión de aprendizaje en el aula.

**SEXTA:** Al relacionar la variable adicción a redes sociales y la dimensión que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro, se identificó que existe correlación positiva débil estadísticamente muy significativa. Es decir, el uso de las redes sociales no interfiere en la concentración mientras estudia.



## VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Se recomienda a los directivos realizar charlas acerca de los beneficios y desventajas de las redes sociales, también talleres para dar a conocer sobre los hábitos de estudio más adecuados para cada tipo de estudiante.
- SEGUNDA:** Se recomienda a los docentes concientizar a los estudiantes en el uso de las redes sociales como herramienta para que mejoren las estrategias que utilizan durante el tiempo de estudio. Se sugiere a los futuros investigadores realizar una investigación experimental para profundizar en las variables.
- TERCERA:** Se recomienda a los directivos y docentes dar a conocer a los estudiantes redes sociales con contenido educativo para mejorar la organización y las estrategias que utilizan para realizar sus tareas académicas.
- CUARTA:** Se recomienda a los docentes realizar simulacro de evaluaciones en línea para aprovechar el contenido educativo de las redes sociales y mejorar en las evaluaciones, además a los futuros investigadores profundizar en el tema del uso de las redes sociales como recurso académico.
- QUINTA:** Se recomienda a los docentes incorporar el uso regulado de las redes sociales dentro del aula como dinámicas de trabajo durante el desarrollo de las sesiones.
- SEXTA:** Se recomienda a los padres de familia siempre estar pendientes del uso de las redes sociales en sus hijos. Se sugiere usar aplicaciones de bloqueo de



sitios web, de esta forma las redes sociales pueden acompañar los momentos de estudio.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alguacil , L., & Piñas Mesa , A. (2022). *Las adicciones en la adolescencia y la juventud : guía práctica para padres y educadores*. Madrid: Dykinson.  
<https://www.dykinson.com/libros/las-adicciones-en-la-adolescencia-y-la-juventud/9788411224727/>.
- Aguilar, A. (2017). Las redes sociales y sus factores de riesgos. *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 1(5), 10-13.
- Akoglu , H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish journal of emergency medicine*, 18(3), 91-93.
- Álvarez, J. (30 de junio de 2023). *Si no estás en RRSS, estás en na*. Ipsos.  
<https://www.ipsos.com/es-pe/si-no-estas-en-rrss-estas-en-na#:~:text=En%20cuanto%20a%20las%20m%C3%A1s,y%20LinkedIn%20con%20un%206%20%25>.
- Alvino, C. (8 de octubre de 2022). *Estadísticas de la situación digital de Perú en el 2021-2022*. Branch. <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-peru-en-el-2021-2022/>.
- Amador Ortíz, C. M. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *CienciaUAT*, 16(1), 62-72. doi: <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v16i1.1510>
- Araujo Robles, E. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48-58. DOI: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>.
- Balseca, F. (2018). *Influencia de las redes sociales en los hábitos de estudio de los estudiantes de 8vo, 9no y 10mo año de Educación General Básica en el Colegio "Alangasi" de la ciudad de Quito en el año lectivo 2016-2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. doi:Repositorio de la Universidad Central del Ecuador.  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/14222>



- Bárcena Taco, J., & Arias Lazarte, C. (2016). Los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes del segundo y tercer año de estudios de la Escuela de Odontología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. *Revista Médica Basadrina*, 10(1), 11-15 <https://doi.org/10.33326/26176068.2016.1.589>.
- Borrás, O. (2015). [UPM] RSE 1.4: Tipos de redes sociales. *Curso MOOC*, Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=X9LBhLZaT8Q>.
- Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.
- Capdevila, A., & Bellmunt, H. (2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Educatio Siglo XXI*, 34(1), 157-172. <http://dx.doi.org/10.6018/j/253261>.
- Cárdenas, M. d., Jaén, O. C., & Palomino, F. J. (2018). Hábitos de estudio en estudiantes de primer año de una universidad peruana estatal. *Summa Psicológica UST*, 15(1), 71-79. doi:10.18774/0719-448x.2018.15.376.
- Cari, F. N. (2021). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales, en estudiantes de la Institucion Educativa Jose Carlos Mariátegui aplicación de la ciudad de Puno [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]*. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/16550>.
- Cartagena, M. (2008). Relación entre la autoeficacia y el rendimiento escolar y los hábitos de estudio en alumnos de secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 6(3), 60-99.
- Castellanos, M., Rojas, M., Franco, L., Arias, J., & Machado, J. (2021). *Actitudes y técnicas de estudio en estudiantes de educación superior durante la pandemia*. Barcelona: Octaedro. <http://hdl.handle.net/10045/119328>.
- Cedeño Meza, J. G., Alarcón Chávez, B. E., & Mieles Vélez, J. C. (2020). Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de



- psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Dominio de las ciencias*, 6(2), 276-301. DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1218>.
- Covey, S. (1989). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*. Paidós.
- Cutipa, D. J. (2019). *Relación de los hábitos de estudio y el rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 Emilio Romero Padilla de la ciudad de Puno [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]*.  
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/11939>.
- Durango, A. (2014). *Las redes sociales*. IT Campus Academy.  
<https://books.google.com.pe/books?id=sORqCwAAQBAJ&lpg=PT1&hl=es&pg=PT1#v=onepage&q&f=false>.
- Echeburúa, E., & Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>.
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Madrid: Pirámide.
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit*, 20(1), 73-91  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&tlng=pt).
- Espinoza, P. (2017). *Uso de Facebook y su influencia en los hábitos de estudio de los alumnos de secundaria del Colegio Isaac Newton - Chimbote 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] UCV-Institucional  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/12178>.
- Fernández, R. (29 de agosto de 2023). *Redes sociales con mayor número de usuarios activos a nivel mundial en enero de 2023*. Statista.  
<https://es.statista.com/estadisticas/600712/ranking-mundial-de-redes-sociales-por-numero-de-usuarios/>.



- Figueroa Quiñones, J., Pomahuacre, J., Chavez, Y., Gomez, H., Portocarrero, R., Gamero, G., . . . -Quiñones. (2019). Propiedades psicométricas del Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85: un estudio multicéntrico con estudiantes de secundaria peruanos. *Liberabit Revista Peruana de Psicología*, 25(2), 139-158. doi:<http://doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n2.02>
- Flores, Y. (2021). *Funcionalidad familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]*. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/1143>.
- García, Z. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Boletín Redipe*, 8(10), 75-88.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación (6° ed.)*. Mexico: McGRAW-HILL education.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2019). *Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. Lima: <http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/ticdiciembre.pdf>.
- Jasso, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica* 7, 2832–2838. <https://doi.org/10.1016/j.aippr.2017.11.001>.
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., & Úsuga Echeverri, S. J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 1-33. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>.
- 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*, 5(2), 58-69.



- Molina, A. (2021). *Uso de la red social facebook y los hábitos de estudio de los estudiantes del nivel secundario de la I.E.B.R. Sudadero región Madre de Dios - 2019-2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios] UNAMAD-Institucional  
<https://repositorio.unamad.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14070/750/004-1-6-064.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Mondragón Albarrán, C., Cardoso Jiménez, D., & Bobadilla Beltrán, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), DOI: 10.23913/ride.v8i15.315.
- Monje , C. (2011). *Metodología de investigación cuantitativa y cualitativa: Guía didáctica*. Colombia: Universidad Colombiana.
- Moreira, R., Carvalho, T. N., Lopes, J. A., do Vale e Silva, J., de Oliveira e Melo, K. C., & Fontes , S. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*(64), 24-37.  
<https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>.
- Niño, V. (2011). *Metodología de la investigación*. Bogota : Ediciones de la U.
- Palella Stracuzzi, S., & Martins Pestana, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Caracas: FEDUPEL.
- Peiró, R. (1 de marzo de 2020). *Redes Sociales*. Economipedia.  
<https://economipedia.com/definiciones/redes-sociales.html>.
- Rodriguez, W. (2011). *Guia de investigacion cientifica* . Lima: Fondo.
- Rojas , K., & Bedregal, Y. (2020). *Adicción al Facebook y hábitos de estudio en estudiantes universitarios [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa Maria]*. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/9920>.
- Ruiz , H. (2022). *Adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de Villa el Salvador en pandemia por Covid-19 [Tesis de*





*licenciatura, Universidad Autónoma del Perú*].

<https://hdl.handle.net/20.500.13067/1996>.

Salinas, G. (2020). *Uso de las redes sociales y su relación con los hábitos de estudio en los estudiantes de la Facultad de Educación y Ciencias Sociales de la UNU, Pucallpa – 2019*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Ucayali]  
<http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/4831>.

Santos, D. (27 de septiembre de 2019). *15 hábitos de Estudio usados por los Estudiantes más Exitosos*. GoConqr.  
<https://www.goconqr.com/es/examtime/blog/habitos-de-estudio/>.

Valencia Ortiz, R., Cabero Almenara, J., Garay Ruiz, U., & Fernández Robles, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125.

Valencia, D. (2016). Adicción a las redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de psicología. *Acta Psicológica Peruana*(1), 35-48.

Varchetta, M., Frascetti, A., Mari, E., & Giannini, A. M. (2020). Adicción a redes sociales, Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), e1187. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1187>.



# ANEXOS



## ANEXO 1 Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Estimados estudiantes reciben un saludo cordial, antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

**Edad:** \_\_\_\_\_ **sexo:** Hombre: ( ) Mujer:( )

**¿Utiliza redes sociales?** \_\_\_\_\_ Si respondió **SI**, indique cuál o cuáles:

---



---



---

Si respondió **NO**, entregue el formato al encuestador.

**¿Dónde se conecta a las redes sociales?** (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa ( ) En mi trabajo ( )  
( )

En las cabinas de internet ( ) En las computadoras del colegio ( )  
( )

A través del celular o Tablet ( )

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

Todo el tiempo me encuentro conectado ( ) Una o dos veces por día ( )  
( )

Entre siete a 12 veces al día ( ) Dos o tres veces por semana ( )

Entre tres a Seis veces por día ( ) Una vez por semana ( )  
( )

**De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoce personalmente?**

10 % o Menos ( ) Entre 11 y 30 % ( )

Entre el 31 y 50 % ( ) Entre el 51 y 70 % ( )

Más del 70 % ( )

**¿Tus cuentas en la red contienen tus datos verdaderos?** (nombre, edad, género, dirección, etc.)

SI ( )

NO ( )

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

---



---



---



---



---



A continuación, el cuestionario de adicción a las redes sociales de 24 ítems por favor conteste con sinceridad según a lo que usted siente, piensa o hace, no existe respuestas adecuadas o inadecuadas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda.

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

N°	DESCRIPCIÓN	N	RV	AV	CS	S
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.					
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 2** Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 R-2014 – Luis Alberto Vicuña

Peri

**Sexo:** \_\_\_\_\_ **Edad:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

**Grado y Sección:** \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES**

Coloque una "X" debajo de la Opción Siempre o Nunca, **Procure contestar según como estudia usted y no según lo que debería hacer o hacen sus compañeros.**

N°	I. ¿COMO ESTUDIA USTED?	SIEMPRE	NUNCA
1	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.		
2	Subrayo las palabras cuyos significados no sé.		
3	Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.		
4	Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no sé.		
5	Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
6	Luego, escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
7	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitar de memoria.		
8	Trato de memorizar todo lo que estudio.		
9	Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas.		
10	Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.		
11	Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.		
	<b>II. ¿CÓMO HACE USTED SUS TAREAS?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>
12	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.		
13	Las palabras que no entiendo, las escribo como está en el libro sin averiguar su significado.		
14	Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.		
15	En mi casa me falta tiempo para terminar mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.		
16	Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.		



17	Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.		
18	Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.		
19	Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no la hago.		
	<b>III. ¿COMO PREPARA SUS EXÁMENES?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>
20	Espero que se fije fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar		
21	Cuando hay paso oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes		
22	Me pongo a estudiar el mismo día del examen		
23	Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema		
24	Confío en que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen		
25	Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará		
26	Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema		
27	Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.		
	<b>IV. ¿COMO ESCUCHA LAS CLASES?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>
28	Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor		
29	Solo tomo apuntes de las cosas más importantes		
30	Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase		
31	Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas		
32	Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo(a)		
33	Cuando no puede tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo		
34	Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto		
35	Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases		
36	Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida		
37	Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase		
	<b>V. ¿QUE ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>
38	Requiero de música sea de la radio o equipo de audio		



	(mp3, mp4)		
39	Requiero la compañía de la TV		
40	Requiero de tranquilidad y silencio		
41	Requiero de algún alimento que como mientras estudio		
42	Mi familia; que conversan, ven TV o escuchan música		
43	Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor		
44	Interrupciones de visitas, amigos, que me quitan, tiempo		
45	Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.		





### ANEXO 3 Consistencia interna del ARS y CASM-85

#### Tabla A 1

*Alfa de Cronbach del cuestionario adicción a redes sociales*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,899	24

#### EC A 1

Confiabilidad por consistencia interna del inventario hábitos de estudio utilizando la ecuación de Kuder – Richardson

$$KR_{20} = \frac{n}{n-1} \left( \frac{\sigma^2 - \sum pq}{\sigma^2} \right)$$

n = número de ítems

$\sum pq$  = sumatoria de la varianza individual de los ítems

$\sigma^2$  = es la varianza del puntaje total.

$$KR_{20} = \frac{45}{45-1} \left( \frac{52.158 - 9.466}{52.158} \right)$$

$$KR_{20} = 0.837$$



## ANEXO 4 Guía de interpretación del coeficiente de correlación

### Tabla A 2

#### *Interpretación del coeficiente de correlación Rho de Spearman*

<b>Coeficiente de correlación</b>	<b>Significado literal</b>
-1	Correlación negativa perfecta
-0.7 a -0.9	Correlación negativa fuerte
-0.4 a -0.6	Correlación negativa moderada
-0.1 a -0.3	Correlación negativa débil
0	Correlación cero
0.1 a 0.3	Correlación positiva débil
0.4 a 0.6	Correlación positiva moderada
0.7 a 0.9	Correlación positiva fuerte
1	Correlación positiva perfecta

Nota: Akoglu (2018) Guía del usuario sobre coeficientes de correlación.

ANEXO 5 Matriz de consistencia

ADICIÓN A REDES SOCIALES Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCÓN DE AZÁNGARO EN EL AÑO 2022.

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN
¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro - 2022?	Establecer la relación que existe entre la adición a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro - 2022.	Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro - 2022.	<b>VARIABLE X</b> Adicción a redes sociales  <b>DIMENSIONES</b> • Obsesión por las redes sociales. • Falta de control personal en el uso de las redes sociales. • Uso excesivo de las redes sociales.	<b>ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN</b> Cuantitativa  <b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> no experimental – transversal <b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> Descriptivo correlacional   <b>MUESTRA</b> la muestra fue compuesta de 330 estudiantes mediante muestreo no probabilístico.	Está conformada por – Estudiantes de la IES “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.
<b>Problemas específicos</b> 1. ¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y la forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro? 2. ¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro?	<b>Objetivos específicos</b> 1. Identificar la relación que existe entre la adición a redes sociales y forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro. 2. Identificar la relación que existe entre la adición a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.	<b>Hipótesis específico</b> 1. Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y forma de estudiar en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro. 2. Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y la resolución de tareas en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.	<b>VARIABLE Y</b> Hábitos de estudio  <b>DIMENSIONES</b> • Forma de estudiar. • Resolución de tareas. • Preparación para exámenes. • Forma de escuchar la clase. • Qué acompaña sus momentos de estudio.	<b>TECNICA</b> la encuesta  <b>INSTRUMENTOS</b> El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) la forma reducida de 24 ítems.  La prueba de Inventario de hábitos de estudio CASM-85 de Vicuña Peri, la forma reducida de 45 ítems.  <b>DISEÑO ESTADÍSTICO</b> IBM SPSS statistics 25.	

<p>3. ¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro?</p> <p>4. ¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro?</p> <p>5. ¿Cuál es la relación que existe entre la adición a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro?</p>	<p>3. Identificar la relación que existe entre la adición a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p> <p>4. Identificar la relación que existe entre la adición a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p> <p>5. Identificar la relación que existe entre la adición a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p>	<p>3. Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y la preparación para exámenes en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p> <p>4. Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y la forma de escuchar la clase en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p> <p>5. Existe una relación negativa entre la adición a redes sociales y lo que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria “ Pedro Vilcapaza Alarcón” de Azángaro.</p>			
---	--	--	--	--	--

## ANEXO 6 Evidencia fotográfica

### Figura A 1

*En el patio central de la institución educativa*



### Figura A 2

*Estudiantes de la Institución Educativa*





### Figura A 3

*Entrega de los cuestionarios a los estudiantes*



## Figura A 4

*Estudiantes revisando los cuestionarios*





## ANEXO 7 Solicitud para ejecutar encuesta



**SOLICITO:** Permiso y facilidades para aplicar los instrumentos de investigación.

**SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCON**

Yo **Nely Elida Condori Ccari**, egresado de la Universidad Nacional del Altiplano, identificada con DNI N° 70139911 con domicilio en el JR los Milagros de la ciudad de Azángaro, celular: 910088450, email: [garfi777marfil@gmail.com](mailto:garfi777marfil@gmail.com), ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Que, realizando mi trabajo de investigación titulado **adicción a redes sociales y hábitos de estudio en estudiantes del VII ciclo de esta institución**. Solicito se me expida **el permiso para aplicar los instrumentos de investigación** para la cual adjunto a la presente los siguientes documentos:

- *Cuestionario de adicción a redes sociales.*
- *Inventario de hábitos de estudio*
- *Link: <https://forms.gle/cfKGm7vsBDuOdtKJ7>*

**POR LO EXPUESTO:**

Pido a usted, señor director acceder a mi petición por ser justa y legal.

*Azángaro, 24 de abril del 2023*

*Nombre:* Nely Elida Condori Ccari

*DNI N°* 70139911





*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*  
65 AÑOS AL SERVICIO DE LA EDUCACION  
GLORIOSO COLEGIO NACIONAL  
"PEDRO VILCAPAZA A." AZANGARO



Azángaro, 09 de mayo del 2023

**OFICIO N° 008-2021/ME/DREP/UGEL.A/IES-PVA/SUB-D.**

SEÑOR : Dr. Carlos Javier QUIZA MAMANI  
Director y Asesor de Tesis

**PRESENTE:**

ASUNTO : Autoriza la ejecución de encuesta

REF. : Expediente N° 369.

Es sumamente honroso dirigirme a usted, para extenderle un saludo muy cordial a nombre de la Institución Educativa Secundaria Emblemático PEDRO VILCAPAZA de Azángaro, visto el documento en referencia se Autoriza la Ejecución de encuesta titulada "Adición a redes sociales y hábitos de estudio".

Aprovecho la oportunidad para reiterarle las consideraciones de mi estima y deferencia personal.

Atentamente,



Prof. Beltrán Víctor Mamani Zapana  
SUB DIRECTOR - IES PEDRO VILCAPAZA



## ANEXO 8 Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo NELY ELIDA CONDORI CCARI  
identificado con DNI 70139911 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado  
EDUCACIÓN SECUNDARIA: MATEMÁTICA, FÍSICA, COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

“ ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCÓN DE AZÁNGARO EN EL AÑO 2022. ”

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 15 de ENERO del 2024

Nely Elida Condori Ccari

FIRMA (obligatoria)



Huella



## ANEXO 9 Autorización para el depósito de tesis en el repositorio institucional



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo NELY ELIDA CONDORI CCARI,  
identificado con DNI 70139911 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado  
EDUCACIÓN SECUNDARIA: MATEMÁTICA, FÍSICA, COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA.

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PEDRO VILCAPAZA ALARCÓN DE AZÁNGARO EN EL AÑO 2022."

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 15 de ENERO del 2024

Nely Elida Condori CCari

FIRMA (obligatoria)



Huella