



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE ENFERMERÍA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**PROCRASTINACIÓN Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE LA  
FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNIVERSIDAD NACIONAL DEL  
ALTIPLANO, PUNO 2023**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. ALISON MABEL HINOJOSA PALAO**

**Bach. LEIDY DANIELA PACOMPIA CONDORI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PUNO – PERÚ**

**2023**



Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**PROCRASTINACIÓN Y RESILIENCIA EN E  
STUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFE  
RMERÍA, UNIVERSIDAD NACIONAL DEL**

AUTOR

**ALISON MABEL (1) LEIDY DANIELA HINO  
JOSA PALAO (1) PACOMPIA CONDORI (2)**

RECuento DE PALABRAS

**16604 Words**

RECuento DE CARACTERES

**92943 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**94 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**1.5MB**

FECHA DE ENTREGA

**Aug 31, 2023 11:28 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Aug 31, 2023 11:29 PM GMT-5**

● **13% de similitud general**

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

- 12% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 5% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Cros:

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 18 palabras)

  
Dra. FRIDA JUDITH MALAGA YANQUI  
DIRECTORA  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

Resumen



## DEDICATORIA

*A Dios, por darme la fuerza necesaria para culminar esta meta, a mi querida abuelita Pastora que siempre veló por mis sueños, también a mi tío Fer que estuvo siempre presente en todos mis pequeños logros.*

*A mi amada madre Laura por acompañarme en cada paso en mi camino para ser mejor persona y profesional, a mi tía Tereza por compartir sus sueños conmigo, a mi hermana, cuñado y sobrino por brindarme su apoyo constantemente.*

*A mis amigos y cada persona que estuvo presente en mis años de Universidad motivándome a no desistir.*

*Y finalmente a mi querida amiga Daniela por aventurarse a realizar esta tesis conmigo*

***Alison Mabel***



## DEDICATORIA

*A Dios, por haberme brindado la perseverancia, valor y fuerza para culminar esta etapa de mi vida,*

*A mis padres Máximo y Clotilde por su amor y apoyo incondicional que me dio la confianza para enfrentar la vida, por alegrarse por todos mis logros y por ser fuente de inspiración y motivación.*

*A mis hermanos Abraham y Luis, por su amor incondicional y apoyo constante, por estar siempre presentes, dándome ánimos y sacándome sonrisas en momentos difíciles.*

*A mi querida hermana Paty, quien siempre ha estado para mí en cada momento de mi vida y por ser el ejemplo de la cual aprendí tantas cosas.*

*Y finalmente a mi querida amiga Alison por ser parte de esta aventura.*

***Leidy Daniela***



## AGRADECIMIENTOS

A Dios, por habernos dado la vida y guiarnos en cada paso, siendo nuestra motivación y fortaleza.

Agradecemos a nuestra querida Alma Mater y a la Facultad de Enfermería por nuestra formación académica, a nuestra Decana, docentes que nos motivaron en el culmen de nuestra vida universitaria

A nuestra querida asesora Frida Málaga por su apoyo y orientación en la realización de esta tesis.

A nuestros prestigiosos miembros del jurado: Mg. María, Dra. María Antonieta y a la Mg. Yarmila por su paciencia, comprensión, oportunos consejos y correcciones.

A cada uno de nuestros docentes que nos motivaron a continuar con este proyecto y por su disposición.

A los estudiantes de la Facultad de Enfermería por apoyarnos en el desarrollo de esta investigación.

*Alison y Daniela*



# ÍNDICE GENERAL

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTOS**

**ÍNDICE GENERAL**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**ÍNDICE DE FIGURAS**

**RESUMEN ..... 12**

**ABSTRACT..... 13**

## **CAPITULO I**

### **INTRODUCCIÓN**

**1.1.EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN..... 14**

**1.2.OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 17**

**1.3.HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN ..... 17**

## **CAPITULO II**

### **REVISIÓN DE LITERATURA**

**2.1. MARCO TEÓRICO ..... 18**

2.1.1. Procrastinación ..... 18

2.1.1. Modelos teóricos de la procrastinación ..... 19

2.1.1.1. Tipos de procrastinación..... 21

2.1.1.1.1. Dimensiones de la procrastinación ..... 22



|  |           |
|--|-----------|
| 2.1.2. Resiliencia .....   | 25        |
| 2.1.2.1. Ámbitos de aplicación de la resiliencia .....           | 25        |
| 2.1.2.1.1.1. Construcción de la resiliencia.....                 | 27        |
| 2.1.2.2. Resiliencia Académica .....                             | 28        |
| 2.1.2.2.1. Dimensiones de la Variable Resiliencia .....          | 28        |
| 2.1.2.3. Resiliencia Y Enfermería .....                          | 31        |
| <b>2.2.MARCO CONCEPTUAL .....</b>                                | <b>34</b> |
| <b>2.3.ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>                 | <b>35</b> |
| 2.3.1. Antecedentes Internacionales .....                        | 35        |
| 2.3.2. AntecedentesNacionales.....                               | 36        |
| 2.3.3. Antecedentes locales .....                                | 38        |
| <b>CAPITULO III</b>  |           |
| <b>MATERIALES Y MÉTODOS</b>                                      |           |
| <b>3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....</b>                 | <b>39</b> |
| <b>3.2. ÁMBITO DE ESTUDIO .....</b>                              | <b>39</b> |
| <b>3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA .....</b>                            | <b>40</b> |
| <b>3.4. VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN.....</b>               | <b>41</b> |
| 3.4.1. Variables.....  | 41        |
| 3.4.2. Operacionalización de Variables .....                     | 42        |
| <b>3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....</b> | <b>43</b> |
| <b>3.6. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS... ..</b>          | <b>45</b> |



**3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS..... 46**

**CAPITULO IV**

**RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

**4.1. RESULTADOS ..... 47**

**4.2. DISCUSIÓN ..... 52**

**V. CONCLUSIONES..... 57**

**VI. RECOMENDACIONES ..... 58**

**VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 60**

**ANEXOS..... 71**

**Área:** Salud del Adulto

**Tema:** Salud mental

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 04 de septiembre del 2023





## ÍNDICE DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1</b> Relación entre Procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023 .....  | 47 |
| <b>Tabla 2</b> Nivel de Procrastinación en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno según semestres,2023 .....  | 48 |
| <b>Tabla 3</b> Nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno según semestres, 2023 .....   | 49 |
| <b>Tabla 4</b> Relación entre Procrastinación en su dimensión Autorregulación académica y nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023 .....   | 50 |
| <b>Tabla 5</b> Relación entre Procrastinación en su dimensión Postergación de actividades y nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023 ..... | 51 |
| <b>Tabla 6</b> Perseverancia y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....  | 78 |
| <b>Tabla 7</b> Reflexión y búsqueda adaptiva de ayuda y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....                                   | 78 |
| <b>Tabla 8</b> Afectación negativa y respuesta emocional y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. ....                                | 79 |
| <b>Tabla 9</b> Relación entre resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....   | 82 |



|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 10</b> Relación entre la autorregulación académica y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.....   | 82 |
| <b>Tabla 11</b> Relación entre la postergación de actividades y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano..... | 83 |
| <b>Tabla 12</b> Edad de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.....  | 84 |
| <b>Tabla 13</b> Género de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....   | 85 |
| <b>Tabla 14</b> Semestre académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.....  | 85 |



## ÍNDICE DE FIGURAS

|  |    |
|--|----|
| <b>Figura 1</b> Resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....                      | 87 |
| <b>Figura 2</b> Nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano según semestres. ....              | 87 |
| <b>Figura 3</b> Nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano según semestres. ....                  | 88 |
| <b>Figura 4</b> Autorregulación académica y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....   | 88 |
| <b>Figura 5</b> Postergación de actividades y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. .... | 89 |
| <b>Figura 6</b> Edad de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....  | 89 |
| <b>Figura 7</b> Género de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....  | 90 |
| <b>Figura 8</b> Semestre académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. ....                                    | 90 |



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. El tipo de investigación fue descriptivo-correlacional, diseño no experimental y de corte transversal, la población y muestra estuvo conformada por 477 estudiantes de la facultad de enfermería de I a X semestre matriculados en el periodo 2023 – I de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. La recolección de datos se hizo a través de la técnica de la encuesta y se utilizaron dos cuestionarios: el cuestionario Escala de la Procrastinación Académica (EPA) con una confiabilidad de 0.816 y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) con una confiabilidad de 0.90. La hipótesis planteada fue: Existe relación significativa entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería. Los datos fueron analizados utilizando el programa SPSS versión 22 y la prueba estadística mediante la correlación de Pearson, se encontró un valor ( $p= 0,021.$ ) demostrando que existe una relación negativa significativa entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería.

**Palabras claves:** Estudiantes de Enfermería, Procrastinación, Procrastinación académica, Resiliencia, Resiliencia académica.



## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between procrastination and resilience in students of the nursing faculty of the Universidad Nacional del Altiplano. The type of research was descriptive-correlational, non-experimental and cross-sectional design, the population and sample consisted of 477 students of the nursing faculty from I to X semester enrolled in the period 2023 - I of the Universidad Nacional del Altiplano Puno. Data collection was done through the survey technique and two questionnaires were used: the Academic Procrastination Scale (EPA) questionnaire with a reliability of 0.816 and the Academic Resilience Scale (ARS-30) with a reliability of 0.90. The hypothesis was: There is a significant relationship between procrastination and resilience in the students of the School of Nursing. The data were analyzed using the SPSS program version 25 and the statistical test using Pearson's correlation, a value was found ( $p= 0.021$ ) showing that there is a significant negative relationship between procrastination and resilience in the students of the Faculty of Nursing.

**Keywords:** Nursing students, Procrastination, Academic procrastination, Resilience, Academic resilience.



# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

La procrastinación, consiste en la postergación involuntaria o voluntaria de responsabilidades(1), varios estudios coinciden que es un comportamiento prevalente en la población universitaria(2)(3), un estudio en España reveló que entre el 80 % y el 95 % de universitarios adquieren conductas de aplazamiento de actividades, además que el 75 % se consideran a sí mismos como procrastinadores y el 50 % suspende con regularidad la entrega de trabajos y/o tareas(4).Así mismo un estudio en Uruguay demostró que el 25% de estudiantes universitarios presentó procrastinación académica y esta estuvo relacionada con el bajo rendimiento académico, desfavorables resultados académicos, retraso y abandono de materias(5).

Un indicador fundamental es la postergación de actividades que es la inclinación a retrasar de manera frecuente cualquier actividad académica(6), lo que en la mayoría de estudiantes genera tensión debido al sentimiento de culpa, emoción estrechamente relacionada a la ansiedad(7),en ese mismo contexto en Perú, un estudio reportó como resultado que el 38.4% de los universitarios presentan un alto nivel de procrastinación y el 25.85% tienen un nivel moderado(8). Estos datos son sumamente sorprendentes, considerando que se está hablando de una conducta poco favorable impactando en el rendimiento académico(9), sino también en la vida cotidiana a la hora de tomar decisiones, resolver problemas frente a situaciones de estrés (10). Dicha problemática es una cultura adoptada debido a la falta de motivación e interés respecto a determinadas actividades asociadas al temor al fracaso, prefiriendo actividades más sencillas e ignorando las que perciben complejas, todas actitudes se pueden asociar al estrés(1). Esto



se incrementa más específicamente en estudiantes de enfermería, un estudio en México encontró que el 70% de estudiantes de enfermería presenta agotamiento emocional(11), esto se puede relacionar a demandas recurrentes y excedentes como la Malla curricular estricta, la práctica clínica, el Proceso de Atención de Enfermería, cursos de investigación y también a problemas intrínsecos de cada estudiante(12).

Cabe mencionar que, en la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, en el periodo 2022 – I, se encontró que un semestre con prácticas, el 30% de estudiantes de enfermería desaprobaron materias, el 26% de los estudiantes repitieron materias y el 16% aprobó con las mínimas notas, por otro lado, se encontró que en un semestre sin practicas clínicas, el 6% de estudiantes de enfermería desaprobaron materias y el 3% aprobaron con notas mínimas, todo esto podría ser consecuencia de la procrastinación.

Por otra parte, la resiliencia es la capacidad de resistir o recuperarse ante diversas situaciones desfavorables que puede variar dependiendo al contexto, etapa de vida y el origen del problema(13)(14). Del mismo modo la resiliencia tiene una estrecha relación con el éxito académico(6), cabe resaltar que en las carreras de ciencias de la salud tienen una excesiva demanda de carga emocional (15), sobre todo los estudiantes de enfermería, quienes están en contacto constante con seres vivos, ya que es parte de su formación académica, como Dorothea Orem plantea en su teoría sobre el Metaparadigma de Enfermería, con sus cuatro conceptos principales que están interrelacionados: persona, enfermera, salud y medio ambiente, dicho brevemente una atención a nivel holístico(16)(17).

Por otro lado, en Perú, los estudiantes de enfermería tienen exigencias académicas y horarios complejos para el cumplimiento de sus actividades, que cambian según el año de formación, ya que se debe equilibrar entre trabajo académico y clínico, es importante



resaltar que en estos estudiantes se debe implementar estrategias que contribuyan en el desarrollo de sus habilidades(18).

En Puno en un estudio realizado en estudiantes de enfermería, se evidencio que el 69.2% presentan una resiliencia media y que el 30.8% presento una resiliencia baja(19).

Así mismo un estudio relaciono ambas variables ya mencionadas, encontrando que existe una relación significativa entre la procrastinación y resiliencia(20).

Durante nuestra permanencia en las aulas universitarias pudimos observar que muchos estudiantes inciden en procrastinar generando acumulación de trabajos, pidiendo aplazamiento de tiempo de entrega e incumplíéndolos, generando malestar en los docentes, perjudicando su desempeño académico, con notas bajas, hasta el punto de repetir cursos e incluso puede conllevar a desertar de sus estudios. Asumimos que esto puede ser debido a la falta de economía para implementar materiales necesarios, también cabe resaltar que buena cantidad de estudiantes provienen de zonas rurales pasan por una transición alejándose de su contexto y seno familiar, en resumen, lo anteriormente mencionado significa una carga emocional y de estrés para cada estudiante, en la cual solo los que pudieron afrontar estos diversos factores adversos mantuvieron satisfactoriamente sus estudios.

Por todo lo referido el presente estudio busca establecer, si existe relación entre procrastinación y resiliencia en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.





## **1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION**

### **1.2.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, 2023.

### **1.2.2. Objetivos Específicos**

- Identificar el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería según semestre académico.
- Identificar el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería según semestre académico.
- Identificar la relación entre procrastinación en su dimensión autorregulación académica y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería.
- Identificar la relación entre procrastinación en su dimensión postergación de actividades y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería.

## **1.3. HIPOTESIS DE INVESTIGACION**

### **1.3.1. Hipótesis General**

Existe relación significativa entre la procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería.

### **1.3.2. Hipótesis Especificas**

- Existe relación negativa entre procrastinación en su dimensión autorregulación académica y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería.
- Existe relación negativa entre procrastinación en su dimensión postergación de actividades y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería.



## CAPITULO II

### REVISION DE LITERATURA

#### 2.1. MARCO TEÓRICO

##### 2.1.1. Procrastinación

La procrastinación puede definirse como la dilatación o retraso de manera voluntaria ante diversos compromisos personales a pesar de conocer las consecuencias, esto viene de épocas remotas. Esta predisposición a aplazar, suele acompañarse de malestar, preocupación y ansiedad existe un nivel de estrés diferente para cada persona, de diferente persistencia e intensidad, esta no solo se trata de una disminuida responsabilidad o al momento de gestionar el tiempo, sino que se trata de un problema real de autorregulación en diversos aspectos como conductual, cognitivo y afectivo(21).

A su vez la procrastinación se define como una tendencia a postergar siempre o casi siempre una actividad o prometer realizarla más adelante por medio de justificaciones o excusas con el fin de evitar cierta culpabilidad frente a las tareas(22).

Por otra parte, la procrastinación se basa en una tendencia a largo plazo de posponer el inicio y final de una actividad que está programada para completarse en un momento determinado. Esta tendencia a procrastinar suele ir acompañada de un disgusto personal, es decir, una persona tiene diferentes niveles de acumulación de estrés tanto en la persistencia como en la intensidad, que no solo se trata de una reducción de la responsabilidad o por gestionar el tiempo, sino que supone un verdadero problema de autorregulación en aspectos conductuales, cognitivo y emocionales(21).

Asimismo, es común en el sector educativo para estudiantes universitarios, porque muchas asignaciones universitarias deben completarse dentro de un periodo de tiempo



determinado. Sin embargo, los estudiantes que no llegan a entregar su deber académico, en un tiempo fijo, alcanzan a realizar empeñosamente otras actividades las cuales pueden ser: ganar entradas para un musical o acordar a una hora para una reunión con amigos. En este aspecto, la frecuencia con que se dejan tareas pendientes en el campo académico se le llama procrastinación académica, que es recurrente en estudiantes, pero que no recibe la atención necesaria de los tutores universitarios de los estudiantes(21).

De estas definiciones el concepto que se tomará es el de Busko debido a que en este se trata de la procrastinación y procrastinación académica.

#### **2.1.1.1. Modelos teóricos de la procrastinación**

##### **a. Modelo psicodinámico**

Para Barker, la teoría psicoanalítica y psicodinámica es de las más antiguas al explicar el comportamiento general, en esta se hace referencia a que la procrastinación, tiene inicio desde los primeros años de vida, debido a que esta etapa es de importancia” en el desarrollo de la personalidad” del adulto y la influencia de los procesos mentales inconscientes(23).

Ahora bien, se refiere a que las personas se concentran en comprender las motivaciones que se experimentan al perder o abandonar tareas, todo esto pese a que se cuenta con capacidad de lograr el éxito anhelado en su vida. A su vez se expone que el miedo a perder se da dentro del núcleo familiar(24).

##### **b. Modelo motivacional**

Es un modelo que estimula al éxito, visto como un indicador inherente del sujeto que modifica un conjunto de comportamientos con el fin de lograr el triunfo de diferentes maneras en varios aspectos de la vida, el sujeto debe escoger entre dos enfoques, uno es



la fe en el logro de la meta o el miedo de no lograr la victoria, el primero se refiere al factor motivacional y el segundo a la motivación, para eludir un contexto negativo para el sujeto. Cuando permanece el temor de no cumplir las metas, los sujetos optan por situaciones donde saben que el triunfo estará asegurado, dejando de lado situaciones que son difíciles de lograr(25).

### **c. Modelo Conductual**

Skinner, propone un modelo conductual, donde se manifiesta que una conducta se mantiene cuando es repetitiva, y continua gracias a sus efectos de recompensa. Por ende, este modelo se refiere a la procrastinación como una práctica, donde el sujeto realiza solo acciones que le dan satisfacción a corto plazo. Este modelo afirma que la procrastinación es dejar de lado las actividades que son poco atractivas para después(26).

Es decir, las experiencias previas de los individuos se aprenden desde la infancia y estas se fortalecen a lo largo del tiempo, debido a han sido condicionadas a posponer alguna actividad por una recompensa a corto plazo(21).

### **d. Modelo Cognitivo**

Este modelo afirma que la procrastinación es un proceso de información disfuncional y que de manera constante el individuo reflexiona sobre sus comportamientos de retrasar actividades, por lo que se presentan estructuras inadaptadas en su pensamiento, el cual representa una implicancia negativa de imposibilidad y temor al rechazo social al momento de cumplir una tarea(25). Por otra parte, refiere que los sujetos presentan un pensamiento de tipo obsesivo cuando no logran sus metas establecidas, e indicaron un mal desarrollo de sus actividades, pues se les hace difícil planificar y organizar su tiempo, por lo que constantemente suelen fracasar(8).



### **2.1.1.1.1. Tipos de procrastinación**

#### **a. Procrastinación General**

La procrastinación es un constructo de diferentes significados que reúnen como elemento común, la demora, debido a que presenta numerosas definiciones según el enfoque teórico del estudio. La procrastinación general es aplazar una tarea de poco interés que produce un malestar subjetivo o insatisfacción, asimismo se da prioridad a establecer relaciones sociales, en lugar de realizar una tarea que debe ser finalizada, esto se refiere a que un procrastinador es quien sabe lo que quiere hacer sin embargo, no lo hace, y suele demorar en realizar las tareas que deben ser completadas en un tiempo determinado(25). Se debe considerar como un obstáculo que impide a las personas lograr sus intereses de forma eficaz y productiva, lo que representa una disociación entre habilidades y capacidades para enfrentar sus tareas y deberes(27).

Por último, las personas que presentan a menudo procrastinación están comprometidas en conductas de autosabotaje, excusas falsas y pobre autorregulación de su desempeño dentro de un límite de tiempo y atribuyen al retraso de tareas a factores distintos de su propio desempeño(25).

#### **b. Procrastinación Académica**

Se puede definir como el comportamiento que presentan los estudiantes, la cual se describe como el retraso o aplazamiento voluntario del desarrollo de las propias tareas y trabajos con intervalos regulares, que causan incomodidad y consecuencias desagradables(8). Todo esto ocurre, aunque los estudiantes saben que al omitir dichas responsabilidades pueden traer consecuencias negativas en el rendimiento académico, así en el campo personal y su salud(28).



En tal sentido esta conducta, es común entre los estudiantes, lo significa que se suele retrasar el inicio de sus tareas, finalizarlas a último momento, improvisándolas y entregándolas de manera extemporánea. Esto no determina el incumplimiento de tareas o el logro de metas, sino que generalmente se logran en situaciones de estrés y ansiedad(29). Lo que resalta es que muchas veces los estudiantes que tienen a procrastinar suelen comprometerse a cumplir con sus tareas más adelante, excusando su comportamiento y en cambio suelen realizar actividades no académicas y menos significativas como actividades sociales como el acceso a internet y redes sociales, juegos en línea(30).

Por otra parte, si un joven estudiante se inicia en la procrastinación, no solo influirá en su entorno, así mismo, cuando se establece el hábito de posponer las actividades para más adelante afecta no solo en el ámbito académico sino también, familiares, sociales y laborales. La procrastinación en los jóvenes no solo afecta en la toma de decisiones, de igual modo a la hora de resolver o enfrentarse a conflictos(3).

#### **2.1.1.1.1. Dimensiones de la procrastinación**

##### **a. Autorregulación académica**

Esta dimensión mide el centro de la conducta procrastinadora, miden como los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y conductas, a través, de un proceso activo y constructivo de respuestas, dirigidas a las metas en el aprendizaje(31).

En otras palabras, la autorregulación académica es entendida como una acción reguladora que ejerce una persona en su aprendizaje, para que esta se lleve a cabo primero se necesita del conocimiento. El autoconocimiento en otras palabras es el que dirige, planifica y evalúa las acciones de aprendizaje.

Así mismo cabe recalcar que la autorregulación es una capacidad que puede aprenderse por medio de instrucción y práctica repetida, es importante la autonomía en



todo este proceso. Las personas autorreguladas conocen sus capacidades y conocimientos, son conscientes de sus emociones, evalúan la eficacia y eficiencia de sus hábitos de aprendizaje, crean ambientes favorables de estudio(31).

La autorregulación académica presenta los siguientes indicadores necesarios para el cumplimiento de esta:

- El interés es el valor que le damos a una acción o asunto, va de la mano con el empeño y motivación, el interés logra satisfacer a la persona logrando estimularla. El poco o nulo interés en un tema conlleva a la procrastinación donde se deja de lado actividades complicadas que generen demasiada carga mental como física; ya que no capta la atención del individuo o llega a la conclusión de que le genera pocos beneficios(32).
- La motivación mantiene la conducta centrada hacia fines o metas específicas, siendo un impulso que diferencia a cada persona, la motivación es dinámica por lo tanto está en constante cambio. La expectativa es pieza clave de la motivación si existe una baja expectativa existe alto riesgo de incurrir en la procrastinación, la demora de satisfacción no consigue el interés y el individuo no se llega a motivar.
- La autonomía regula la conducta con pautas que se pone la persona misma, donde tienen sus propias convicciones y pueden discernir sobre sus propias acciones, este concepto va ligado a la responsabilidad para entender las repercusiones de cada acción realizada. Una persona con autonomía tiene menos probabilidad de procrastinar(32).



## **b. Postergación de actividades**

Mide el grado en que los estudiantes posponen las tareas académicas, reemplazándolas por actividades más agradables que no requieran mucho esfuerzo, que a menudo conducen a la frustración o al malestar subjetivo(3).

La postergación de actividades contempla 4 factores motivacionales: expectativa, valoración, impulsividad, demora de la satisfacción; estos se conectan de acuerdo a la forma de realizar la tarea, el valor o precio de la tarea, cuánto tiempo y dinero costará, si la persona se siente atraída para realizar la tarea y por último el tiempo de respuesta y beneficios que se recibe al terminar esta(27), a su vez tiene tres indicadores los cuales son:

- La disciplina es el modo de actuar tenaz y ordenadamente para alcanzar determinado objetivo, se necesita motivación, autonomía e interés para forjar la disciplina en cada individuo. La disciplina es útil para lograr la productividad, logrando cumplir determinadas tareas tanto a largo o corto plazo.
- El autocontrol es la capacidad de regular comportamientos, pensamientos y emociones, el autocontrol ayuda a forjar el carácter de cada persona, se requiere de motivación, autonomía y disciplina para evitar sentimientos, acciones que obstaculicen cumplir los objetivos propuestos por el individuo sean a largo o corto plazo.
- La planificación es un proceso sistemático donde primeramente se fija una necesidad, seguidamente se trazan posibles acciones para conseguirla, la planificación es de gran ayuda en el aspecto académico y en la vida cotidiana(8).





## 2.1.2. Resiliencia

La resiliencia es definida como el proceso que permite a ciertos individuos desarrollarse con normalidad y en armonía con realidad a pesar de vivir situaciones adversas y desde la infancia(33). Se ha introducido tanto en psicopatología como en la educación para lograr cambios positivos en las personas.

Muchos profesionales del sector salud y educación han comprobado cómo personas que viven situaciones demasiado difíciles pueden sobreponerse llevando una vida normal, personas que con su actitud y mentalidad fueron capaces de superar satisfactoriamente los límites que la ciencia médica les deparaba. Dicha característica de los individuos y de los pueblos ha estado presente desde los orígenes de la humanidad, pero por primera vez en los años 80 se analizó científicamente(34).

Para definición base de estos conceptos tomaremos el de Cassidy porque el mismo habla de la resiliencia y la resiliencia académica.

### 2.1.2.1. Ámbitos de aplicación de la resiliencia

Michuad enumera 4 ámbitos de aplicación:

- a. **Ámbito biológico:** Cuando a pesar de desventajas somáticas congénitas o adquiridas después de enfermedades o accidentes, las personas tuvieron la capacidad de llevar una vida creativa y digna, logrando culminar satisfactoriamente sus estudios.
- b. **Ámbito familiar:** Desarrollo triunfante en la adolescencia y juventud de infantes nacidos en familias disfuncionales, conflictivas, víctimas maltratos y abandonos.



- c. **Ámbito micro social:** Cuando los sobrevivientes crecen en lugares determinados por la miseria, pandillaje, falta de educación y todas aquellas carencias y circunstancias que someten a los sujetos a vivir en estado “agresión social”. Estas personas pueden lograr terminar una carrera universitaria superándose a sí mismos como el medio que los rodea.
- d. **Ámbito macrosocial:** Histórico o público el poder sobrellevar situaciones de catástrofes naturales, guerras, terrorismo, deportaciones, etc.(34).

#### **2.1.2.1.1. Pilares de la resiliencia.**

Wolin propone los pilares en 1999:

- a. **Introspección:** Capacidad de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- b. **Independencia:** Capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento. Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas.
- c. **Capacidad de relacionarse:** Habilidad para establecer lazos e intimidad con otros y equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros.
- d. **Iniciativa:** Gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas cada vez más exigentes
- e. **Humor:** Encontrar lo cómico en la propia tragedia.
- f. **Creatividad:** Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.
- g. **Moralidad:** Extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y capacidad de comprometerse(35).



#### **2.1.2.1.1.1. Construcción de la resiliencia**

Los factores internos de la persona y los factores externos, que ayuda a la resiliencia son difíciles de distinguir, ya que se encuentran estrechamente relacionados. Se conoce que se disminuyen las causas de estrés al contar una buena complejión física y adecuado sistema inmune, en la ausencia enfermedades y contagios importantes, cuando la intervención médica es preventivas o a tiempo. Una persona aparentemente sana y de exterior agradable tiene mayor posibilidad de permanecer sin trastornos psicológicos que una persona con defectos físicos, discapacidades y necesitada de cuidados(33).

La formación de la resiliencia en la adolescencia y juventud empieza desde el periodo perinatal como las maneras de crianza en la infancia, las características individuales de los padres, su formación y equilibrio mental. Incluso la actitud positiva de los padres puede ayudar a que las dificultades sean más llevaderas(33).

La mayoría de los rasgos individuales asociadas a la resiliencia provienen de la educación por lo que se puede aprender. En diferente ambiente, las relaciones de protección socio pedagógicas que promueven la resiliencia son aquellas en las que se acepta a la persona como es, le transmiten un sentimiento de persona valiosa, digna y merecedora de afecto. Un individuo puede creer que la vida es positiva y puede superar una circunstancia adversa, cuando en su niñez fue aceptado por alguien significativo para él y, por lo tanto, es alguien con una buena autoestima, que concede seguridad emocional, alto nivel de autoeficacia, llegando a estimular la autonomía, establece metas adecuadas a sus características y capacidades, facilitando la construcciones de relaciones fuera de la familia y la formación de amistades, que es proporcionado por los mentores con todo tipo de experiencias: sociales: desde el colegio, universidad hasta el trabajo, posibilita superar las adversidades y evitar los trastornos psicológicos(34).



### **2.1.2.2. Resiliencia Académica**

En lo académico, comprender los motivos que explican el hecho de que existan estudiantes capaces de finalizar sus estudios de manera exitosa, incluso cuando el ambiente académico se vuelve desfavorable y hostil, mientras que otros sometidos a condiciones similares no consiguen el éxito(24). Una de las respuestas más resaltantes refiere a la resiliencia académica, que se considera como la capacidad del estudiantado para crear respuestas adaptativas positivas frente al estrés, y superar con éxito dificultades académicas(36).

Por lo tanto, como alternativas o soluciones tenemos que los estudiantes en el primer nivel académico, deberá ser entrenado en el uso y aprendizaje de los hábitos de estudio, los cuales son esenciales en la educación secundaria, siguiendo en un nivel superior y en el lugar de trabajo. Los hábitos de estudio son las actuaciones o las acciones constantes, eficientes y efectivas con las que los estudiantes reaccionan a nuevos contenidos de aprendizaje, con el objetivo de conocerlos, comprenderlos y sobre todo aplicarlos en su vida diaria(37).

#### **2.1.2.2.1. Dimensiones de la Variable Resiliencia.**

Propuestas por Cassidy (2016), adaptada por Zumarra y Cevallos (2021):

##### **a. Perseverancia**

Se refiere a la actitud de ser firme en alcanzar un objetivo o una meta, en momentos que uno se propone llegar a un final definido por el mismo, es ese ante logro en el que se basa el logro en el que se basa el hombre para formar parte de una vida con perseverancia en su mismo cuestionamiento, es querer algo que uno se propone o se plantea, propone o se plantea, motivando así esta virtud conocida como la perseverancia así esta virtud conocida como la perseverancia y llevándola



a una satisfacción o algo ya alcanzado o logrado. La tendencia a trabajar duro incluso en las situaciones más difíciles durante mucho tiempo a pesar de las inconveniencias y dificultades(38).

Además, la fortaleza está aunada a la perseverancia se trata de los actos atacar y resistir los obstáculos o males, es la capacidad de resistir a males nocivos. En otras palabras, la perseverancia es llevar a cabo cualquier acción a pesar del desánimo y las condiciones desfavorables para lograr lo que se propuso antes, es una decisión.

La perseverancia contempla tres indicadores:

- La retroalimentación es un concepto educativo, se refiere a una opinión sobre el aprendizaje adquirido, existe la retroalimentación positiva y negativa. Esta acción ayuda a mejorar con la ayuda de experiencias pasadas, tanto buenas o malas.
- La persistencia es la capacidad de cada individuo para lograr determinado objetivo, en psicología asocian este término a la resistencia y la templanza de cada persona.
- El aprendizaje es un proceso donde la persona suma o corrige sus conocimientos previos, se da en base a las experiencias vividas, logrando enriquecer conocimientos y conductas(36).

#### b. Reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda

Iniciativa y la búsqueda de ayuda en los profesores, amistades o familia, se relaciona con el aprendizaje autorregulado. La reflexión comprende un balance entre las fortalezas y debilidades generando una negociación interna ante situaciones adversas, usando sus fortalezas para lograr una resolución de problemas(37).

Ahora bien, la reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda tiene tres indicadores:



- Orientación es un proceso de ayuda para la resolución de problemas que tiene una misma persona, se consigue con la experiencia, también se puede conseguir externamente de guías en diferentes ámbitos, así mismo cada individuo puede lograr orientar a terceros, teniendo disciplina, autonomía y madurez.
- El apoyo es una acción de ayuda, sostén y protección, se puede brindar en situaciones catastróficas o de propia iniciativa, y además está ligado a la solidaridad.
- Empatía ayuda, el concepto es similar al anterior, esta es una acción que beneficia a terceros, por otro lado en la psicología se tiene dos conceptos: el altruismo y la conducta de ayuda (26).

c. Afectación negativa y respuesta emocional

La afectación negativa son todas las emociones dañinas que producen malestar en la persona, para contrarrestarlas necesitamos la compostura, evitar pensamientos y emociones negativas, entender a los problemas como temporales y una fuente de aprendizaje, disminuir las ideas catastrofistas(39).

La respuesta emocional es el balance entre hacer o no lo propuesto, si no se maneja correctamente las emociones traen pensamientos negativos.

Esta dimensión tiene tres indicadores:

- Las emociones son reacciones que cada individuo presenta de acuerdo a estímulos, en psicología tienen tres funciones adaptativa, social y motivacional. Al lograr tener conciencia de los sentimiento y emociones se denomina inteligencia emocional que está relacionada con las personas resilientes(40).



- Los estímulos son una actividad para activar o despertar a un individuo puede ser a base de recompensas que impulsen el ímpetu para lograr el mecanismo estímulo-respuesta.
- La autoestima se desarrolla partiendo de la interacción humana, la autoestima es un factor importante en la realización de cada individuo, así como en sus pensamientos y acciones, existe la alta y baja autoestima en las cuales influyen las disciplina, motivación, asertividad, resiliencia y temor al fracaso. Una persona con alta autoestima logra relacionarse y afrontar mejor los obstáculos al contrario de las que tienen baja autoestima(41).

### **2.1.2.3. Resiliencia y Enfermería**

La palabra resiliencia no es un término nuevo en enfermería, ya que lo tenemos presente desde modelos y teorías de enfermería hasta en nuestro libro de taxonomías NANDA con tres diagnósticos(42).

La resiliencia se ha investigado netamente en el personal de enfermería, dichas investigaciones han sido validadas debido a que el personal de enfermería está directamente involucrado en el sufrimiento de cada paciente por ende hacen frente a un ambiente laboral estresante y con situaciones adversas, adicionando a esto el ambiente hostil de los escasos de personal, la falta de autonomía en la toma de decisiones y hasta en ocasiones el acoso(43).

Frente a todo, muchos optan por abandonar el trabajo y los que permanecen inducen en un estrés crónico o Síndrome de Burnout.

Para el desarrollo de resiliencia en el personal de enfermería existe un “Módulo de enseñanza de resiliencia en enfermería” elaborado por Munist et al. que está centrado



para pacientes, pero los autores recomiendan que sea parte de la formación universitaria en enfermeras(44).

En estos últimos años se le dio importancia debido a la pandemia donde el profesional de enfermería tomo un papel importante en la recuperación de la población con una principal característica la resiliencia donde en diferentes estudios encontraron que el riesgo de trastornos psicológicos fue mayor en las enfermeras no resilientes que enfermeras resilientes, también que la resiliencia evita caer en depresión y la atención de una enfermera resilientes es más optima que el de una no resiliente(45).

#### **2.1.2.4. La inteligencia emocional en el manejo de emociones**

La inteligencia emocional fue utilizada por primera vez en los años noventa a búsqueda de un concepto que englobe las habilidades terapéuticas emocionales y sociales del ser humano, fue perfeccionándose por diferentes autores, pero el que popularizo el termino fue Goleman(46), quien explico que, así como Las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional tiene origen cerebral, estableciendo que las emociones son el origen de la razón. Explicándose en un esquema donde los términos destacables son: autoconciencia, autocontrol, empatía y habilidades sociales, así definiendo la inteligencia emocional como la capacidad para escoger las mejores opciones en la búsqueda de una solución(47).

También se ha encontrado las emociones como un factor influyente en el rendimiento académico, los jóvenes tienen como principales miedos; el fracaso académico, miedo a la crítica, a lo desconocido y a las enfermedades o muerte.

Para sobrellevar estos miedos y las condiciones adversas que puedan surgir se necesita un gran autoconocimiento, así como una adecuada gestión emocional(48).





### 2.1.2.5. Los docentes y el desarrollo de la inteligencia emocional

Se tiene entendido que los docentes tienen una importante labor en el desarrollo cognitivo pero la UNESCO propuso que el ámbito educativo responda a la prevención del conflicto humano y a demandas sociales, para esto es importante que los docentes incluyan en el proceso educativo la formación de la inteligencia emocional y no solo en un espacio de tutoría, al contrario en todo el proceso educativo; para lo cual se requiere que los docentes tengan una inteligencia emocional desarrollada, planteando 4 pilares para el desarrollo de esta:

1. Aprender a conocer: comprendiendo y descubriendo conocimientos para así realizar un aporte de significancia para la sociedad.
2. Aprender a hacer: Se debe incluir las destrezas personales en cada aprendizaje.
3. Aprender a convivir: La empatía es indispensable y ser interdependientes de los demás para crear un buen clima en el círculo social.
4. Aprender a ser: El logro de un pensamiento autónomo en convivencia con los demás.

Para empezar el cambio educativo se necesita el desarrollo de todos estos recursos de inteligencia emocional en cada docente. Un docente emocionalmente inteligente acompañara el desarrollo efectivo de sus estudiantes estableciendo un vínculo cercano y saludable, al ayudar a los estudiantes a conocerse y comprender sus estados emocionales, lograrán solucionar problemas diarios de forma tranquila y pacífica(49).



## **2.2. MARCO CONCEPTUAL**

### **2.2.1. Procrastinación.**

La procrastinación es la acción de retrasar actividades establecidas, durante el tiempo de una deliberación si culmina las tareas académicas o satisface los requerimientos de su ambiente(50).

Desde una perspectiva psicodinámica está estrechamente vinculada a la evitación de tareas específicas(5).

### **2.2.2. Resiliencia.**

Facultad de los seres humanos para afrontar circunstancias de la vida diaria, o ser transformado por ellas e incluso aprender de esas experiencias(51).

Fenómeno por el cual los individuos pese a estar ante situaciones desfavorables logran buenos resultados(52).

### **2.2.3. Procrastinación académica.**

Es la inclinación de postergar las actividades hasta una fecha próxima, los que presentan este tipo de problemas son básicamente los estudiantes(53).

Se comprende como un efecto perjudicial de una administración de tiempo ineficiente y la ausencia de autorregulación(54).

### **2.2.4. Resiliencia académica.**

Capacidad del estudiante para crear respuestas adaptativas positivas y superar con éxito dificultades académicas(54).

Proceso de interacción de factores externos e internos de vulnerabilidad social, pero con una respuesta positiva a nivel educativo(55).



## **2.3. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **2.3.1. Antecedentes Internacionales**

Un estudio en Ecuador se llevó a cabo bajo el objetivo de examinar las propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en el contexto universitario ecuatoriano, mediante una investigación instrumental de corte transversal con una muestra de 788 estudiantes de nivel universitario, cuyo instrumento fue el cuestionario. Dicho trabajo arrojó resultados satisfactorios concernientes a la consistencia interna y validez nomológica, lo que ayudó a concluir que los instrumentos usados son válidos y confiables para la medición/evaluación de la procrastinación y la resiliencia académica en los estudiantes de nivel universitario del país(36).

Otro estudio en Ecuador se realizó con el objetivo de establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua – Ecuador, el estudio fue de enfoque cuantitativo, correlacional, de corte transversal en una muestra constituida por 50 estudiantes, donde se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Valoración de Ansiedad, encontrándose que en ambas dimensiones prevaleció el nivel leve de ansiedad 54% y predominó la procrastinación académica 52%, existiendo diferencias significativas según sexo, tuvo mayor incidencia que en los varones, también se hallaron diferencias significativas en respecto al semestre observando que la procrastinación académica fue mayor en noveno; mientras que, fue menor en los participantes de primero. Con estos resultados el estudio concluyó que, la correlación resultó estadísticamente significativa entre postergación de actividades y ansiedad(56).



En Chile, un estudio se formuló como objetivo Determinar el nivel de relación entre procrastinación y motivación en estudiantes universitarios, fue una investigación cuantitativa, correlacional en una muestra de 367 estudiantes, para este estudio se empleó la Escala de Procrastinación académica (EPA) y el cuestionario de Motivación y Estrategias de Aprendizaje. En sus resultados se evidencia que el promedio de procrastinación general corresponde a 2,69, el promedio de procrastinación académica corresponde a 2,56, el promedio de motivación 5.25, de acuerdo a sus resultados concluyeron que entre el nivel de procrastinación académica y el nivel de motivación existe una correlación negativa de tendencia promedio(57).

Un estudio en Colombia tuvo como objetivo determinar la relación entre los niveles de resiliencia académica y rendimiento escolar de los estudiantes de décimo y undécimo grado del Instituto Caldas, en la pandemia por Covid-19, el estudio fue de enfoque cuantitativo y correlacional, contando con 99 estudiantes de ambos sexos, se utilizó la Escala de Resiliencia Académica (ARS – 30), encontrándose que no existe relación entre la resiliencia baja y rendimiento académico. Los resultados evidenciaron que el 49.5% de los participantes obtuvo un nivel de resiliencia alta. Con estos resultados el estudio concluyó que la resiliencia académica debe ser entendida como concepto multidimensional(58).

### **2.3.2. Antecedentes Nacionales**

En Huancayo se realizó un estudio con el objetivo de identificar la relación que existe entre procrastinación y resiliencia en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad. La investigación fue correlacional de diseño no experimental, participaron 303 estudiantes. La técnica de recolección de datos que se utilizó fue la encuesta, se utilizó los instrumentos: La Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Encontraron como resultado un índice de correlación



de  $-0.037$  ( $p=0.635$ ), concluyeron que no existe una relación significativa entre las dos variables(24).

En Arequipa se establecieron como objetivo relacionar la resiliencia y procrastinación ante las clases virtuales en estudiantes de la carrera de Fisioterapia y Rehabilitación de un Instituto Superior Privado, fue de tipo descriptivo-correlacional, contaron con una muestra de 290 estudiantes, y se aplicaron dos instrumentos, Escala de Resiliencia de Connor Davidson (CD-RISC) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), como resultados hallaron una relación inversa entre ambas variables, la prueba  $r$  de Pearson así lo indica ( $r = -.228$  con  $p < .05$ ;  $r = -.525$  con  $p < .05$  y  $r = -.520$  con  $p < .05$  respectivamente), finalmente concluyeron que al tener niveles altos en la resiliencia, menor serán los niveles de procrastinación o viceversa(59).

En Lima se desarrolló una investigación, cuyo objetivo principal fue determinar la relación entre optimismo y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Metropolitana, mediante un enfoque de tipo correlacional, un diseño no experimental y transversal. La muestra estuvo constituida por 371 estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos fueron la Escala de Optimismo Atributivo (EOA) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), lo cual ayudó a concluir que ambas variables se relacionan de manera negativa y significativa, y a su vez se determinó que los estudiantes poseen un nivel promedio de optimismo y procrastinación académica(60).

Un estudio en Tumbes, se desarrolló con el objetivo de determinar los niveles de procrastinación en estudiantes de las escuelas profesionales de Derecho y Contabilidad de la Universidad Nacional de Tumbes, 2020, con lo cual basó bajo un enfoque cuantitativo, un estudio descriptivo-comparativo. La muestra se conformó por 148 estudiantes y el instrumento utilizado fue la Escala de Procrastinación Académica (EPA),



lo cual permitió llegar a la conclusión de que ambas casas de estudio presentaron un nivel bajo de procrastinación(61).

En Lima se desarrolló un estudio, con el objetivo de establecer la relación entre las teorías implícitas sobre la inteligencia, metas de logro y la resiliencia académica en estudiantes de quinto de secundaria, en un colegio de alto rendimiento, con un diseño no experimental transeccional a nivel correlacional. La muestra fue conformada por 268 estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos empleados fueron Escala de Resiliencia Académica (ARS- 30), Cuestionario de Metas de Logro-Revisada, Escala de Teorías Implícitas sobre la inteligencia, concluyendo que la resiliencia académica es importante dentro del proceso del seguimiento de los aprendizajes(62).

### **2.3.3. Antecedentes locales**

En Puno 2021 realizaron una investigación con el objetivo de demostrar la relación de los factores individuales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil de la UNAP, mediante una investigación descriptiva-correlacional, contaron con una muestra de 270 estudiantes, se utilizó la Escala de Procrastinación académica (EPA) obtuvieron los siguientes resultados 57.4% de alta procrastinación académica, 58.9% presentan un nivel bajo de motivación, teniendo la correlación positiva alta de 0,881(63).

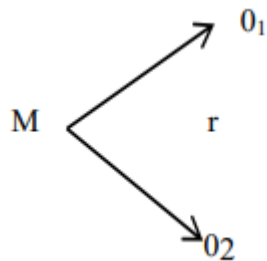
## CAPITULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación fue de tipo descriptivo, no experimental y transversal, ya que permitió describir la relación entre las variables procrastinación y resiliencia, sin manipularlas y transversal ya que la toma de datos se dio en un solo momento.

El diseño fue correlacional, lo que permitió establecer la relación de las variables, como se muestra en el siguiente diagrama(64).



Donde:

M: Muestra

O1 y O2: Variables de estudio

r: relación entre las dos variables de estudio

#### 3.2. AMBITO DE ESTUDIO

La presente investigación se llevó a cabo en la Universidad Nacional de Altiplano Puno (UNAP), ubicada en la región de Puno, en el distrito de Puno, fundada en 1856 a iniciativa de la población del departamento de Puno, cuenta con 19 facultades y 36 escuelas profesionales. Ubicada en Av. Floral 1153, específicamente en la facultad de enfermería, creada el 18 de diciembre de 1964 con la propuesta de formar profesionales



con el más alto nivel científico, los estudiantes son de ambos sexos cuyas edades oscilan entre los 18 a 35 años de edad, la mayoría proviene de la zona rural, por lo cual debe mudarse a lugares de acceso más cercano al complejo universitario, alejándose de su seno familiar, difícilmente cuentan con acceso a todos los servicios básicos e inclusive algunos estudiantes estudian y trabajan.

### 3.3. POBLACION Y MUESTRA

#### 3.3.1. Población

La población y muestra estuvo conformada por la totalidad de estudiantes de I al X semestre matriculados en el 2023-I que hacen un total de 477 estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, distribuidas de la siguiente manera:

| Semestre     | Cantidad de estudiantes |
|--------------|-------------------------|
| I            | 48                      |
| II           | 73                      |
| III          | 63                      |
| IV           | 38                      |
| V            | 20                      |
| VI           | 49                      |
| VII          | 16                      |
| VIII         | 31                      |
| IX           | 75                      |
| X            | 62                      |
| <b>TOTAL</b> | <b>477</b>              |

Fuente: Registro de matrícula 2023-I Escuela Profesional de Enfermería.





### **3.3.2. Muestra**

La muestra fue de tipo censal, ya que se consideró toda la población(64).

#### **Criterios de inclusión**

Estudiantes de la facultad de enfermería:

- Matriculados en el periodo académico 2023-I de I a X semestre.
- De ambos sexos con asistencia regular.
- Que deseen participar voluntariamente del estudio.
- Que firmen el consentimiento informado.

#### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no estén matriculados en el periodo académico 2023-I de la Facultad de Enfermería.

## **3.4. VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN**

### **3.4.1. Variables**

#### **Variable Dependiente Procrastinación**

La procrastinación es una conmoción en la toma de una determinación y de la solución de conflictos, durante el tiempo de una deliberación si culmina las tareas académicas o satisface los requerimientos de su ambiente(21).

#### **Variable Independiente Resiliencia**

Facultad de los seres humanos para superar circunstancias de la vida cotidiana o incluso ser transformado por ellas o incluso aprender de esas experiencias(35).

### 3.4.2. Operacionalización de Variables

| VARIABLE  | DEFINICIÓN OPERACIONAL  | DIMENSIONES   | INDICADORES                             | ESCALA  | ÍNDICE   |
|---|---|---|---|---|--|
| <b>PROCASTINACION</b><br>La procrastinación es una conmovión en la toma de una determinación y de la solución de conflictos, durante el tiempo de una deliberación si culmina las tareas académicas o satisfacer los requerimientos de su ambiente (65) | La Procrastinación Se mide por dos dimensiones autorregulación académica y postergación de actividades  | <b>AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA</b><br>Regulación de pensamientos y actitudes              | Ítems 2,3,4,5,8,9,10,11,12              | <b>Likert</b><br><b>S:</b> SIEMPRE (5)<br><b>CS:</b> CASI SIEMPRE (4)<br><b>AV:</b> A VECES (3)<br><b>CN:</b> CASI NUNCA (2)<br><b>N:</b> NUNCA (1) | <b>Procrastinación alta:</b><br>36 a 44 puntos<br><br><b>Procrastinación media:</b> 45 a 51<br><br><b>Procrastinación baja:</b><br>52 a 60 |
|   |   | <b>POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES</b><br>Retraso en la presentación de trabajos            | Ítems 1,6, 7                            |   |  |
| <b>RESILIENCIA</b><br>Grotberg (1995) refiere que es la facultad de los seres humanos para superar circunstancias de la vida cotidiana o incluso ser transformado por ellas o incluso aprender de esas experiencias                                     | Capacidad de sobrellevar adversidades se mide por tres dimensiones<br><br>perseverancia, reflexión y búsqueda adaptativa de ayuda y adaptación negativa y respuesta emocional | <b>PERSEVERANCIA</b><br>Actitud firme para lograr un objetivo                           | Ítems 1,2,3,5,6,7,8,10,12,<br>13, 24    | <b>Likert</b><br><b>S:</b> SIEMPRE (5)<br><b>CS:</b> CASI SIEMPRE (4)<br><b>AV:</b> A VECES (3)<br><b>CN:</b> CASI NUNCA (2)<br><b>N:</b> NUNCA (1) | <b>Resiliencia alta:</b> 79 a 96<br><b>Resiliencia media:</b> 62 a 78<br><b>Resiliencia baja:</b> 44 a 61                                  |
|   |   | <b>REFLEXIÓN Y BÚSQUEDA ADAPTATIVA DE AYUDA</b><br>Búsqueda de ayuda por iniciativa     | Ítems 14, 16, 17, 18, 19,<br>20, 21, 22 |   |  |
|   |   | <b>AFECCIÓN NEGATIVA Y RESPUESTA EMOCIONAL</b><br>Compostura ante situaciones negativas | Ítems 4, 9, 11, 15, 23                  |   |  |



### 3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 3.5.1. Técnica

##### 1. Para la Variable Procrastinación

Se aplicó la técnica de la encuesta, de manera escrita y bajo instrucciones específicas, para obtener la información en forma directa de los estudiantes, se utilizaron la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) elaborado por Busko en el año 1998 en Canadá, adaptado por Domínguez en el año 2016 en Lima-Perú, está compuesta por 14 ítems que miden, desde una perspectiva conductual, la tendencia a procrastinar tareas y actividades en el plano académico. Cada ítem cuenta con las siguientes opciones de respuesta tipo Likert de (1) Nunca a (5) Siempre, este instrumento fue aplicado por Duran, Ureta y Taipe(66) en la Tesis “Resiliencia y procrastinación en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad de Huancayo- 2021” también fue aplicado en Puno por Cayllahua y Huanaco para evaluar los factores individuales y la procrastinación académica en estudiantes Universitarios de la escuela profesional de ingeniería Civil UNA Puno-2019(63).

**Validez:** La escala de procrastinación académica (EPA) fue evaluada por Domínguez, fue validada en Perú a través de una investigación psicométrica con una muestra de 379 estudiantes universitarios de entre 16 y 40 años de edad de una Universidad privada en el año 2013. Se volvió a validar por Trujillo y Noé mediante una investigación psicométrica con una muestra de 366 estudiantes de secundaria en Chimbote Perú en el año 2020 (67).

**Confiabilidad:** La escala fue puesta a prueba a través del coeficiente de Alpha de Cronbach donde obtuvo 0.816. También se obtuvo una estimación de la confiabilidad a cargo de Trujillo y Noé mediante el coeficiente de consistencia interna ordinal omega



obteniendo un coeficiente de 0.80, lo que indica que el instrumento tiene una confiabilidad aceptable(32).

### **Puntuación**

|                              |         |
|------------------------------|---------|
| <b>Procrastinación alta</b>  | 36 a 44 |
| <b>Procrastinación media</b> | 45 a 51 |
| <b>Procrastinación baja</b>  | 52 a 60 |

### **2. Para Variable Resiliencia**

Se aplicó la técnica de la encuesta, de manera escrita y bajo instrucciones específicas, para obtener la información en forma directa de los estudiantes. Para la variable Resiliencia se utilizó la “Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) desarrollado por Cassidy en el año 2016 en Reino Unido, validado y adaptado por Zumarraga y Cevallos en Quito-Ecuador (36), conformado por 24 elementos la capacidad de recuperación se mide en función del grado de inclinación hacia comportamientos adaptativos y evitación de prácticas no adaptativas. Cada ítem cuenta con la siguiente escala de valoración: 1 (Nada) a 5 (Totalmente probable), este instrumento fue aplicado por Obando, en la tesis “Resiliencia académica, metas de logro, teorías implícitas y alto rendimiento”(68).

**Validez:** La escala de Resiliencia Académica (ARS) fue evaluada por Zumárraga y Cevallos en Ecuador a través de una investigación psicométrica con una muestra de 788 estudiantes pertenecientes a universidades públicas y privadas de Quito en el año 2020 (36). Se volvió a validar en Perú por Obando mediante una investigación psicométrica con una muestra de 268 estudiantes de secundaria en Lima en el año 2018 (68).



**Confiabilidad:** La escala fue aprobada a través de la prueba de alfa de Cronbach comprobada en el estudio de Zumárraga y Cevallos, alcanzo un nivel de fiabilidad de 0.90.(36). También se obtuvo una estimación de la confiabilidad a cargo de Obando mediante el coeficiente de consistencia interna de Alpha de Cronbach obteniendo el mismo puntaje.

### **Puntuación**

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| <b>Resiliencia alta</b>  | 79 a 96 |
| <b>Resiliencia media</b> | 62 a 78 |
| <b>Resiliencia baja</b>  | 44 61   |

## **3.6. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **3.6.1. De coordinación:**

- a. Se solicito a la Decana de Enfermería una carta de presentación para la ejecución de la investigación; la misma que se presentó a los docentes de cada semestre.
- b. Una vez obtenida la autorización se procedió a comunicar los objetivos de la investigación a cada docente de aula y coordinar el proceso de recolección de datos bajo un cronograma que se estableció en coordinación con los mismos.  
(Anexo I)

### **3.6.2. Ejecución:**

- a. La recolección se obtuvo por secciones, se ingresó a cada aula, priorizando los cursos teóricos antes de culminar la sesión de cada docente respectivamente, se informó a los estudiantes el objetivo y la importancia de sus respuestas, así como su consentimiento informado siendo su participación anónima y voluntaria.
- b. Los estudiantes recibieron tres hojas en la primera el consentimiento informado, la segunda el cuestionario EPA y por último el cuestionario y ARS-30 (Anexo 2,3 y



- 4). Todos los estudiantes accedieron a participar y aceptaron el consentimiento informado voluntariamente.
- c. El cuestionario EPA se aplicó en un tiempo de 8 min. Y ARS- 30 en 10 min, se permaneció todo el tiempo de aplicación de los instrumentos para absolver dudas haciendo un total de 20 min. Aplicativos, algunos estudiantes realizaron preguntas la mayoría incidiendo en el significado de termino **REGULARMENTE**, debido al ítem 6 del cuestionario EPA “Asisto regularmente a clases”, se absolvió la pregunta satisfactoriamente, explicándoles el termino y el contexto de la pregunta.
- d. Al concluir el llenado de las encuestas se agradeció a los participantes.

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

- a) Para el procesamiento y análisis de datos se organizó los datos recaudados en una hoja de Excel, para la estadística descriptiva, para la estadística inferencial se utilizó el programa estadístico SPSS en su versión 22, se presento algunas limitaciones como el tipo de muestra censal, siendo desproporcional el número de estudiantes por semestres.
- b) La técnica estadística que se empleo fue la prueba de Correlación de Chi cuadrada de Pearson que permitió responder a la prueba de hipótesis planteada.

## CAPITULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

**Tabla 1** Relación entre Procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023

| Procrastinación | Resiliencia |       |       |              |      |             | Total |        |
|-----------------|-------------|-------|-------|--------------|------|-------------|-------|--------|
|                 | Baja        |       | Media |              | Alta |             |       |        |
|                 | N           | %     | N     | %            | N    | %           | N     | %      |
| Baja            | 2           | 0.4%  | 3     | 0.6%         | 2    | 0.4%        | 7     | 1.4%   |
| Media           | 122         | 25.6% | 154   | 32.3%        | 13   | 2.7%        | 289   | 60.6%  |
| Alta            | 91          | 19.1% | 81    | <b>17.0%</b> | 9    | <b>1.9%</b> | 181   | 38.0%  |
| Total           | 215         | 45.1% | 238   | <b>49.9%</b> | 24   | <b>5.0%</b> | 477   | 100.0% |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

En la tabla, se evidencia que el 49.9% de los estudiantes de la facultad de enfermería presentan resiliencia media, de los cuales el 17% presentan procrastinación alta, por otro lado, el 5% de estudiantes presentan una resiliencia alta, donde el 1.9% presentan procrastinación alta.

Estadísticamente aplicando la correlación Chi CUADRADA de Pearson existe correlación de significancia, entre las variables; procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería con un  $P= 0,021$ .  $<p = 0,05$ . Por esta razón, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: existe relación significativa entre la procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



**Tabla 2** Nivel de Procrastinación en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno según semestres,2023

| Semestre | Procrastinación |      |       |              |      |              |     |
|----------|-----------------|------|-------|--------------|------|--------------|-----|
|          | Baja            |      | Media |              | Alta |              |     |
|          | N               | %    | N     | %            | N    | %            | N   |
| I        | 2               | 4.2% | 20    | 41.7%        | 26   | <b>54.1%</b> | 48  |
| II       | 1               | 1.4% | 54    | <b>74.0%</b> | 18   | 24.6%        | 73  |
| III      | 0               | 0.0% | 46    | 73.0%        | 17   | 27.0%        | 63  |
| IV       | 0               | 0.0% | 31    | <b>81.6%</b> | 7    | 18.4%        | 38  |
| V        | 0               | 0.0% | 16    | <b>80.0%</b> | 4    | 20.0%        | 20  |
| VI       | 1               | 2.0% | 36    | 73.5%        | 12   | 24.5%        | 49  |
| VII      | 0               | 0.0% | 10    | 62.5%        | 6    | 37.5%        | 16  |
| VIII     | 1               | 3.2% | 18    | 58.1%        | 12   | 38.7%        | 31  |
| IX       | 2               | 2.6% | 30    | 39.0%        | 45   | <b>58.4%</b> | 77  |
| X        | 0               | 0.0% | 28    | 45.2%        | 34   | <b>54.8%</b> | 62  |
| Total    |                 |      |       |              |      |              | 477 |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

En la tabla se observa que los estudiantes de los semestres que más procrastinan son los de X, IX y I, con 58.4%, 54.8% y 54.1% respectivamente, a su vez los semestres que tienen procrastinación media son IV, V y II con 81.6%,80% y 74% respectivamente.





**Tabla 3** Nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno según semestres, 2023

| Semestre | Resiliencia |              |       |              |      |       |     |
|----------|-------------|--------------|-------|--------------|------|-------|-----|
|          | Baja        |              | Media |              | Alta |       |     |
|          | N           | %            | N     | %            | N    | %     | N   |
| I        | 26          | <b>54.2%</b> | 22    | 45.8%        | 0    | 0.0%  | 48  |
| II       | 40          | <b>54.8%</b> | 33    | 45.2%        | 0    | 0.0%  | 73  |
| III      | 33          | <b>52.4%</b> | 30    | 47.6%        | 0    | 0.0%  | 63  |
| IV       | 17          | 44.7%        | 21    | <b>55.3%</b> | 0    | 0.0%  | 38  |
| V        | 4           | 20.0%        | 12    | <b>60.0%</b> | 4    | 20.0% | 20  |
| VI       | 17          | 34.7%        | 26    | 53.1%        | 6    | 12.2% | 49  |
| VII      | 6           | 37.5%        | 8     | 50.0%        | 2    | 12.5% | 16  |
| VIII     | 12          | 38.7%        | 16    | 51.6%        | 3    | 9.7%  | 31  |
| IX       | 34          | 44.2%        | 36    | 46.7%        | 7    | 9.1%  | 77  |
| X        | 26          | 41.9%        | 34    | <b>54.8%</b> | 2    | 3.3%  | 62  |
| Total    |             |              |       |              |      |       | 477 |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

En la tabla se evidencia que los estudiantes de los semestres que tienen resiliencia media son V, IV y X con 60%, 55.3% y 54.8% respectivamente, por otra parte, los semestres II, I y III presentan resiliencia baja con 54.8%, 54.2% y 52.4% respectivamente.

**Tabla 4** Relación entre Procrastinación en su dimensión Autorregulación académica y nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023

| Autorregulación<br>académica | Resiliencia |              |       |              |      |      | Total |        |
|------------------------------|-------------|--------------|-------|--------------|------|------|-------|--------|
|                              | Baja        |              | Media |              | Alta |      | N     | %      |
|                              | N           | %            | N     | %            | N    | %    |       |        |
| Baja                         | 6           | 1.3%         | 13    | 2.7%         | 3    | 0.6% | 22    | 4.6%   |
| Media                        | 106         | <b>22.2%</b> | 135   | <b>28.3%</b> | 8    | 1.7% | 249   | 52.2%  |
| Alta                         | 103         | <b>21.6%</b> | 90    | <b>18.9%</b> | 13   | 2.7% | 206   | 43.2%  |
| Total                        | 215         | <b>45.1%</b> | 238   | <b>49.9%</b> | 24   | 5.0% | 477   | 100.0% |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

En la tabla se evidencia que el 49.9% de estudiantes presentan resiliencia media de los cuales el 28.3% presentan procrastinación media y el 18.9% presentan procrastinación alta en su dimensión autorregulación académica, de la misma manera el 45.1% de estudiantes presentan resiliencia baja donde el 22.2% presenta un nivel de procrastinación media y el 21.6% un nivel de procrastinación alta en su dimensión autorregulación académica.

Estadísticamente aplicando la correlación Chi CUADRADA de Pearson existe correlación de significancia, entre la variable resiliencia con la dimensión autorregulación académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería con un valor  $P= 0,022 <p= 0,05$ ; por tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: existe relación negativa entre la autorregulación académica y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

**Tabla 5** Relación entre Procrastinación en su dimensión Postergación de actividades y nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno,2023

| Postergación de actividades | Resiliencia |              |       |              |      |      | Total |        |
|-----------------------------|-------------|--------------|-------|--------------|------|------|-------|--------|
|                             | Baja        |              | Media |              | Alta |      | N     | %      |
|                             | N           | %            | N     | %            | N    | %    |       |        |
| Baja                        | 39          | 8.2%         | 51    | 10.7%        | 5    | 1.0% | 95    | 19.9%  |
| Media                       | 68          | <b>14.3%</b> | 95    | <b>19.9%</b> | 13   | 2.7% | 176   | 36.9%  |
| Alta                        | 108         | <b>22.6%</b> | 92    | <b>19.3%</b> | 6    | 1.3% | 206   | 43.2%  |
| Total                       | 215         | <b>45.1%</b> | 238   | <b>49.9%</b> | 24   | 5.0% | 477   | 100.0% |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

En la tabla se observa que el 49.9% presenta un nivel medio de resiliencia de los cuales el 19.9% tienen procrastinación media seguido del 19.3% con procrastinación alta en su dimensión postergación de actividades, en la misma línea tenemos que el 45.1% presentan resiliencia baja donde el 22.6% presentan procrastinación alta y el 14.3% procrastinación media en su dimensión postergación de actividades.

Estadísticamente aplicando la correlación Chi Cuadrada de Pearson existe correlación de significancia, entre la variable resiliencia con la dimensión postergación de actividades en estudiantes de la Facultad de Enfermería con un valor  $P= 0,037 <p= 0,05$ ; por tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: existe relación negativa entre la postergación de actividades y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



## 4.2. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes de la Facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano. Según el coeficiente de correlación de Pearson se obtuvo ( $p= 0,021$ ) esto implica que existe una relación negativa, con significancia entre procrastinación y resiliencia en los estudiantes. Debido al nivel de significancia, no se acepta la hipótesis nula, dicho de otra manera, se evidencia que existe una relación negativa e inversa entre las variables ya mencionadas, lo que quiere decir que a mayor nivel de resiliencia hay menor nivel de procrastinación.

En tal sentido la procrastinación académica, puede definirse como el efecto negativo de una mala administración de tiempo y la falta de autorregulación que están presentes en la población estudiantil universitaria (69), en cambio la resiliencia académica es la capacidad del estudiante para crear respuestas adaptativas positivas y superar con éxito dificultades académicas, al respecto un estudio en Lima reveló que el 61.5% de universitarios que procrastinan han desaprobado entre uno y seis cursos o materias durante el proceso de formación académica(70). Por el contrario, los estudiantes con mayor resiliencia académica tienden a desenvolverse mejor académicamente y se caracterizan por tener iniciativa para concluir tareas difíciles, asumir retos y percibir el fracaso como una oportunidad para reforzar los esfuerzos invertidos, elevando así su rendimiento académico(70).

Nuestros resultados coinciden con Zumárraga et al. (54) en Ecuador y Catasi et al. en Perú, donde ambos concluyeron que existe relación inversa entre ambas variables (71). Por otro lado los resultados de la presente investigación difieren con Lino en Perú, que demostró que no existe relación entre ambas variables(18), esto podría deberse a que en su estudio las variables son las mismas, mas no se utilizaron los mismos instrumentos,



debido a que en nuestra investigación se enfocó estrictamente en el área académica, a su vez su población fue de universitarios del área de sociales, mientras que en la presente investigación la población son estudiantes de enfermería perteneciente al área de biomédicas, donde la malla curricular y las exigencias académicas son distintas.

Con respecto al primer objetivo específico se encontró que existe procrastinación alta en los semestres IX, X, y I y procrastinación media en IV, V y II, dentro de los motivos más resaltantes tenemos que los estudiantes suelen dejar las tareas para el último minuto, aunado a esto tenemos que por lo general no suelen prepararse por adelantado para los exámenes, como se demostró ya que el 37.5% de los estudiantes respondió que casi siempre deja tareas para el último minuto y el 36.5% casi nunca se prepara por adelantado para los exámenes(ver anexo E). Lo que coincide con Ankinsola citado por Álvarez, que menciona que la manera más común de procrastinación académica en estudiantes es esperar hasta el último minuto para empezar a desarrollar sus actividades o estudiar para un examen(5), se ha demostrado que los estudiantes que suelen tener estas actitudes, dedican menos horas de las necesarias a tareas y trabajos pendientes ya que suelen priorizar actividades sociales o recreativas sobre las académicas, de ahí que tienden a tener un bajo rendimiento, cabe destacar que la procrastinación juega un papel importante en la deserción académica(54). Otra investigación afirma que los estudiantes de menor edad son menos capaces de dominar sus impulsos a la hora de estudiar y suelen tener conductas procrastinadoras y también suelen tener menos claros sus objetivos(72).

Una explicación a esto podría ser que la mayoría de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno, provienen de zona rural, por lo que viven alejados de su familia y carecen de supervisión; por su parte los estudiantes de últimos semestres, se encuentran realizando practicas preprofesionales tanto en hospitales como



en Centros de Salud Comunitarios, donde los horarios son más saturados e incluso suelen realizar horas extras para terminar sus responsabilidades.

En cuanto al segundo objetivo específico se encontró un nivel bajo de resiliencia en los semestres II, I y III y un nivel medio en semestres V, IV y X, Cassidy define la resiliencia académica como la capacidad del estudiante para dar origen a respuestas adaptativas positivas frente a adversidades, dificultades y presiones académicas para superarlas de manera satisfactoria(73), nuestros resultados coinciden con Obando que realizó un estudio relacionando la variable resiliencia con metas de logro, teorías implícitas de aprendizaje y alto rendimiento(68), esto podría ser a causa de que las características de estudiantes resilientes son una armonización entre contextos de riesgo y buenos resultados académicos, en resumen si los universitarios superan las situaciones adversas y logran resultados académicos normales, tienen una reacción académica positiva; sin embargo si los universitarios logran resultados por encima del promedio se dirá que la reacción es sobresaliente(55). Las afirmaciones anteriores sugieren, que los estudiantes de los primeros semestres tienden a tener menor nivel de resiliencia, esta circunstancia puede darse debido a la exigencia de los estudios universitarios, ya que tomando en cuenta los 12 años de estudios previos, donde la exigencia académica es distinta y se cuenta con más apoyo familiar, se realiza una transición donde cada semestre universitario requiere la adquisición de conductas con cierto grado de resiliencia.

A su vez nuestros resultados revelaron que la dimensión afectación negativa y respuesta emocional es la más significativa en los estudiantes (ver anexo D, tabla 8), evidenciado por las preguntas 4 y 23, que profundizan un manejo emocional deficiente además una visión negativa y fatalista para el futuro; considerando que el manejo de emociones es pieza clave en el desarrollo académico, un estudiante universitario con dominio de sus emociones actuara en consecuencia de manera y asertiva (47).



Para complementar la formación de Resiliencia se puede ayudar con programas o libros, como por ejemplo el libro “El poder de la resiliencia” escrito por los Psicólogos prestigiosos Brooks y Goldstein, siendo una guía de 10 pautas para llegar a ser una persona resiliente(74); al respecto un estudio en estudiantes universitarios se encontró un “Programa de formación resiliente en hábitos y actitudes hacia el estudio en estudiantes universitarios” llevado a cabo en 290 estudiantes de la carrera de Psicología en Piura(75), también comprobaron su influencia con otro estudio concluyendo que el programa influía positivamente en las actitudes y hábitos hacia el estudio(34)(75).

Con referencia al tercer objetivo específico, se encontró relación significativa entre la variable resiliencia y la dimensión autorregulación académica , siendo que el 45.1% de estudiantes posee un nivel bajo de resiliencia, mientras que el 21.6% presentan procrastinación alta en su dimensión autorregulación académica, según la revisión de literatura la autorregulación académica es el proceso mediante el cual los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y conductas a través de un proceso activo y constructivo de respuestas dirigidas para planificar y monitorear su propio aprendizaje, esta es una habilidad de importancia para el éxito académico(76), además la autorregulación está muy relacionada con la dimensión perseverancia de ahí que nuestros resultados son equivalentes (ver anexo D, tabla 6), y se evidencia con preguntas como *“vería mi situación como algo temporal”* y *“miraría hacia adelante para demostrar que puedo mejora mis calificaciones”* (ver anexo F), de acuerdo a la situación planteada en la Escala de Resiliencia Académica ARS-30, que relata una situación donde el alumno está a punto de desaprobar la mayoría de sus materias, los estudiantes respondieron de manera negativa ante estas situaciones, un estudiante con perseverancia es capaz de tomar apuntes, cumplir plazos y organizarse, lo que hará que sea más probable que mantenga el interés por su carrera a mediano y largo plazo(77). Una solución al problema de



autorregulación, es la organización, esta se puede ver como la manera en que la persona estructura y planifica su vida, lo que ayudaría a disminuir la procrastinación ya que, si la persona se establece objetivos y planifica el tiempo, los podrá realizar(78). Los resultados encontrados en esta investigación sugieren que los estudiantes no poseen la capacidad de establecer metas claras y realistas, tampoco la capacidad de planificar ni de regular sus emociones y motivaciones.

Con referencia al cuarto objetivo específico, se encontró relación significativa entre la variable resiliencia y la dimensión postergación de actividades, siendo que el 45.1% de estudiantes posee un nivel bajo de resiliencia, mientras que el 22.6% presentan procrastinación alta en su dimensión postergación de actividades; la postergación de actividades es la inclinación a retrasar de manera frecuente cualquier actividad académica, lo que en la mayoría de estudiantes provoca un cuadro de estrés y ansiedad(6), así como un bajo nivel de diligencia a la hora de entrega de dichas tareas, evidenciado por las preguntas 1, 6,7 (ver anexo E), donde los estudiantes postergan trabajos, lecturas por falta de interés y motivación, lo que puede traer como consecuencia un bajo rendimiento académico(70), todo lo anterior se podría contrarrestar con la resiliencia, que es pieza clave para el éxito académico, ayudando positivamente al alcance de logros educativos pese a situaciones desfavorables como un horario muy desordenado o sobrecargado(55).





## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Existe relación significativa entre la procrastinación y la resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

**SEGUNDA:** Se identificó que existe procrastinación alta en los semestres IX, X, y I.

**TERCERA:** Se determino que existe un nivel bajo de resiliencia en los semestres II, I y III.

**CUARTA:** Existe relación significativa entre procrastinación en su dimensión autorregulación académica y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

**QUINTA:** Existe relación significativa entre procrastinación en su dimensión postergación de actividades y nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



## VI. RECOMENDACIONES

### 1. A las autoridades de la facultad de enfermería

Promover que dentro de las actividades extracurriculares se realicen talleres de organización personal y gestión de tiempo, que ayudará a que los estudiantes disminuyan sus conductas procrastinadoras, así mismo buscar estrategias para el incremento de resiliencia y fomentar el interés educativo.

### 2. A las docentes de la facultad de enfermería

Practicar y promover la inteligencia emocional que está demostrado, que ayudan en el proceso enseñanza-aprendizaje, además en el enfoque de salud pública que se basa en prevenir enfermedades.

Seguir incrementando la educación en Salud Mental para mejorar el manejo de tiempo aplicado en lo académico, como también mecanismos de afrontamiento ante situaciones adversas, fomentar la lectura de libros de autoayuda en la formación de resiliencia, y también promover más actividades de socialización entre semestres; donde cada estudiante pueda exteriorizar sus emociones y contar experiencias en el ámbito hospitalario y comunitario, dando como resultado la mejora en la estadía universitaria y facilitar el egreso de profesionales exitosos y resilientes.

### 3. A la unidad de Tutoría Universitaria

Coordinar con el Establecimiento de Salud de su jurisdicción para brindar estrategias a fin de desarrollar la resiliencia en los estudiantes.

### 4. A los investigadores y egresados de la facultad de enfermería

Continuar con estudios sobre ambas variables, relacionándolas con factores sociodemográficos, con el tipo de familia, tipos de apego y cualquier otra variable que



ayude a profundizar el estudio de las variables; ya que no se encontraron muchas investigaciones en nuestra región, queda mucho más por investigar y generar más conocimiento en un tema latente y muy importante en enfermería.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Carranza R, Ramírez A. Procrastinación y características demográficas asociadas en estudiantes universitarios. 2013;( : 2225-7136):95–108.
2. Núñez -Guzmán R, Cisneros-Chavez B. Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. Nuevas Ideas en Informática Educativa. 2019;15:114–20.
3. Castro Bolaños S, Mahamud Rodríguez K. Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Avances en Psicología. 2017;25(2):189–97.
4. Rodríguez A, Clariana M. Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico. Revista Colombiana de Psicología. 2017;26(1):45–60.
5. Alvarez Blas OR. Procrastinacion general y academica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Redalyc [Internet]. 2010;13(1560–6139):20. Available from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009%0ACómo>
6. Altamirano Chérrez CE, Rodríguez Pérez ML, Altamirano Chérrez CE, Rodríguez Pérez ML. Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo [Internet]. 2021 Aug 30 [cited 2022 Sep 7];15(3):16–28. Available from: [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2661-67422021000300016&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2661-67422021000300016&lng=es&nrm=iso&tlng=es)



7. Trias Seferian D, Carbajal Arregui M. Adaptación de una escala de procrastinación académica para adolescentes de educación secundaria. *Avances en Psicología Latinoamericana*. 2020;38(3):1–16.
8. Estrada Araoz EG, Gallegos Ramos NA, Huaypar Loayza KH. Procastinacion academica en estudiantes peruanos de educacion superior pedagogica. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*. 2020 Dec 19;8(2):57–65.
9. Villalobos D. Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. Un Estudio Teórico. 2017;40.
10. Dominguez Lara SA, Villegas Garcia G, Centeno Leyva SB. Procastinacion Academica:Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *LIBERABIT*. 2014;1729–4827.
11. Jiménez-Sánchez RC, Arias-Rico J, Flores-Chávez OR, Revoreda-Montes CA, Ruvalcaba-Ledezma JC, Reynoso-Vázquez J. Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo [Internet]*. 2021 Dec 5 [cited 2023 Mar 25];10(19):32–7. Available from: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/7339>
12. Morones Padilla Silvia Guadalupe, Carrillo Chávez Ana María, Hernández Hernández Mariano Raymundo, Álvarez Monterrubio Abraham Jesús. Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería de nivel superior. *Uniboyaca [Internet]*. 2022 Oct 28 [cited 2023 Mar 25]; Available from: <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/899/724>
13. Cabanyes Truffino J. Resiliencia: una aproximacion al concepto. *Rev Psiquiatr Salud Ment*. 2010;3(4):145–51.



14. Murillo Manrique MF, Palomares Orihuela RJ, Salguero RC, Rivas León JH. Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana. N°. 2019;15:169–77.
15. Clara ene-mar S, Betancourt Gamboa K, Soler Herrera M, Colunga Santos S. Niveles de resiliencia en estudiantes de Estomatología en la Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. Edumecentro. 2021;13(1):1–15.
16. Sologuren Pérez VL, Villacorta Aguilar A. Desarrollo de resiliencia en estudiantes de ciencias de la salud según escuela profesional en la Universidad Científica del Perú, 2018. Universidad Científica del Perú. 2018.
17. Marcos M, Tizon E. Aplicación del modelo de Dorothea Orem ante un caso de una persona con dolor neoplásico. 2013;24(4):168–77.
18. Lino Duran C, Ureta Solis LK, Taípe Montanvo KL. Resiliencia y procrastinación en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad de Huancayo- 2021. Universidad Continental; 2022.
19. Espinoza D. Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes del quinto semestre - Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2016. [Puno]; 2017.
20. Brando Garrido C. Nuevas perspectivas en procrastinación. Desarrollo conceptual y empírico en estudiantes de enfermería. TDX (Tesis Doctorals en Xarxa) [Internet]. 2020 Sep 4 [cited 2022 Sep 6]; Available from: <http://www.tdx.cat/handle/10803/670412>
21. Díaz Morales JF. Procastinacion: Una revision de su medida y sus correlatos. Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica. 2018;51(2):43–60.



22. Busko DA. Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model. 1998;
23. Brando Garrido C. Nuevas perspectivas en procrastinación. Desarrollo conceptual y empírico en estudiantes de enfermería. TDX (Tesis Doctorals en Xarxa). 2020 Sep 4;
24. Lino Duran C, Ureta Solis LK, Taipe Montanvo KL. Resiliencia y procrastinación en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad de Huancayo- 2021. Universidad Continental; 2022.
25. Laureano CA. Procrastinación : Revisión Teórica. 2019;22:363–78.
26. de Araújo LF, Teva I, de la Paz Bermúdez M. Resiliencia en adultos: una revisión teórica. Terapia psicológica. 2015 Dec 1;33(3):257–76.
27. Alvarez Blas OR. Procrastinacion general y academica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Redalyc. 2010;13(1560–6139):20.
28. Umerenkova AG, Gil-Flores J, Arias J de la F. Rasgos demograficos, academicos y personales asociados a tres tipos de procrastinacion en el alumnado universitario. Bordon Revista de Pedagogia. 2020;72(1):49–65.
29. Alegre-Bravo A, Benavente-Dongo D. Análisis Psicométrico de la Escala adaptada de Procrastinación de Tuckman (APTS). Propósitos y Representaciones. 2020;8(2).
30. Chan Bazalar LA. Procrastinacion Academica como predictor en el rendimiento academico en jovenes de educacion superior. Unife. 2011;7(1):53–62.



31. García Martín M. La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario.
32. Trujillo Chumán Kimberly, Noé Grijalva Martín. La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación*. 2020;98–107.
33. Werner EE. Research in Review. *Resilient Children. Young Child*. 1984;40(1):68–72.
34. Uriarte Arciniega JDD. La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Psicodidáctica*. 2005;10:61–79.
35. Rodríguez Piaggio Ana María. Resiliencia. 2009. 2009;291–302.
36. Zumarraga Espinoza M, Cevallos Pozo G. Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. *Revista Educación*. 2020;45:346–66.
37. de la Fuente J, Fernández-Cabezas M, Cambil M, Vera MM, González-Torres MC, Artuch-Garde R. Linear relationship between resilience, learning approaches, and coping strategies to predict achievement in undergraduate students. *Front Psychol*. 2017 Jun 30;8(JUN):1039.
38. María Isabel Barriopedro, Iñaki Quintana, Luis Miguel Ruiz. La perseverancia y pasión en la consecución de objetivos: Validación española de la Escala Grit de Duckworth. *RICYDE Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 2018;14:297–308.





39. Piqueras Rodríguez José Antonio, Ramos Linares Victoriano, Martínez González Agustín Ernesto, Oblitas Guadalupe Luis Armando. Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*. 2009;16:85–112.
40. Goleman Daniel. *Inteligencia emocional*. Káiros;
41. Naranjo Pereira María Luisa. Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*. 2007;7.
42. Elsevier Connect. NANDA-I, NIC, NOC : uso en la planificación de los cuidados y el modelo AREA. Elsevier. 2022;8.
43. Melillo A (Aldo C), Suárez Ojeda EN, Rodríguez Daniel. *Resiliencia y subjetividad : los ciclos de la vida* [Internet]. Editorial Paidós SAICF; 2004 [cited 2023 Jul 12]. 360 p. Available from: [https://books.google.com/books/about/Resiliencia\\_y\\_subjetividad.html?id=fssGAAAACAAJ](https://books.google.com/books/about/Resiliencia_y_subjetividad.html?id=fssGAAAACAAJ)
44. Melillo A (Aldo C), Suárez Ojeda EN, Rodríguez Daniel. *Resiliencia y subjetividad : los ciclos de la vida*. Editorial Paidós SAICF; 2004. 360 p.
45. Anabel Franco-Coffré JI, Marlene Barberán-Solórzano JI, Graciela Calderón-Intriago III L. La resiliencia en la profesión de enfermería durante la crisis provocada por la Covid 19. 2021;6(6):872–83. Available from: <http://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/eshttps://orcid.org/0000-0002-4180-4078>
46. Dominguez P. *Intervención Educativa para el desarrollo de la inteligencia emocional*.



47. García-Ancira C, García-Ancira C. La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior* [Internet]. 2020 [cited 2023 Aug 22];39(2). Available from: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
48. Pulido Acosta F, Herrera Clavero F. La Influencia De Las Emociones Sobre El Rendimiento Académico. *Ciencias Psicológicas*. 2017 May 15;29–39.
49. Buitrón SB, Talavera PN. El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias.
50. Atalaya Laureano C, García Ampudia L. Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*. 2020 Jan 2;22(2):363–78.
51. Uriarte Arciniega JDD. La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Psicodidáctica* [Internet]. 2005 [cited 2022 Sep 6];10:61–79. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
52. Cabanyes Truffino J. Resiliencia: una aproximacion al concepto. *Rev Psiquiatr Salud Ment*. 2010;3(4):145–51.
53. Santiago A, Ramírez A, Yoselin R, Diaz R, Villanueva Quispe W, Garcia MH, et al. La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación* [Internet]. 2020 Jun 30 [cited 2022 Nov 6];5(2):40–52. Available from: <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigaion/article/view/1324>
54. Zumarraga Espinoza M, Cevallos Pozo G. Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-



- 30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. Revista Educación. 2020;45:346–66.
55. Gómez G, Rivas M. Resiliencia académica, nuevas perspectivas de interpretación del aprendizaje en contextos de vulnerabilidad social. Calidad en la educación [Internet]. 2017;(47):215–33. Available from: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-45652017000200215&lang=es%0Ahttp://www.scielo.cl/pdf/caledu/n47/0718-4565-caledu-47-00215.pdf](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-45652017000200215&lang=es%0Ahttp://www.scielo.cl/pdf/caledu/n47/0718-4565-caledu-47-00215.pdf)
56. Altamirano Chérrez CE, Rodríguez Pérez ML, Altamirano Chérrez CE, Rodríguez Pérez ML. Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo . 2021 Aug 30;15(3):16–28.
57. Llanos Mendoza R. Procrastinación y motivación en una muestra de estudiantes de la Universidad del Bío-Bío, sede Chillán. [Chillan]: Universidad del Bio-Bio; 2015.
58. Martínez A. Resiliencia académica y rendimiento escolar de los estudiantes de Media Vocacional del Instituto Caldas, durante la pandemia por COVID - 19.
59. Catasi Huamani AM, Mamani Luque EM. Resiliencia y procrastinación ante las clases virtuales en estudiantes de la carrera de fisioterapia y rehabilitación de un instituto superior privado 2021. [Arequipa]: Universidad Nacional de San Agustín; 2022.
60. Quispe A. Optimismo y Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. 2018.



61. Broncano Faya Daniela Rossana. Procrastinación en estudiantes de las Escuelas Profesionales de Derecho y Contabilidad de la Universidad Nacional de Tumbes, 2020. [Tumbes]: Universidad Nacional de Tumbes; 2021.
62. Obando K. Resiliencia academica, metas de logro, teorías implícitas y alto rendimiento.
63. Cayllahua Condori FV, Huanaco Quincho MH. Factores individuales y la procrastinacion academica en estudiantes universitarios de la escuela profesional de ingenieria civil de la UNA PUNO - 2019. [Puno]: Universidad Nacional del Altiplano; 2021.
64. Fidias G. Arias. El Proyecto de Investigación. Introducción a la Metodología Científica. 6°. 2012.
65. Santiago A, Ramírez A, Yoselin R, Diaz R, Villanueva Quispe W, Garcia MH, et al. La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. Revista Muro de la Investigación. 2020 Jun 30;5(2):40–52.
66. Cristina Lino Duran, Lizbeth Karina Ureta Solis, Karen Leonela Taipe Montalvo. Resiliencia y procrastinación en estudiantes de contabilidad de un instituto de la ciudad de Huancayo- 2021. [Huancayo]: Universidad Continental; 2022.
67. Alexis S, Lara D, Villegas García G, Brigitte S, Leyva C. Procrastinacion Academica: Validacion de una escala en una muestra de estudiantes de una Universidad Privada. :1729–4827.
68. Obando Velazco KE. Resiliencia académica , metas de logro , teorías implícitas y alto rendimiento. 2018.



69. Dominguez Lara SA, Villegas Garcia G, Centeno Leyva SB. Procastinacion Academica:Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. LIBERABIT [Internet]. 2014 [cited 2022 Sep 6];1729–4827. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
70. Chan Bazalar LA. Procrastinacion Academica como predictor en el rendimiento academico en jovenes de educacion superior. Unife [Internet]. 2011;7(1):53–62. Available from: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf)
71. Catasi Huamani AM, Mamani Luque EM. Resiliencia y procrastinacion ante las clases virtuales en estudiantes de la carrera de fisioterapia y rehabilitacion de un instituto superior privado 2021 [Internet]. [Arequipa]: Universidad Nacional de San Agustin; 2022 [cited 2022 Sep 5]. Available from: [http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/14091/PScahuam\\_maluem.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/14091/PScahuam_maluem.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
72. Rodríguez A, Clariana M. Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico. Revista Colombiana de Psicología. 2017;26(1):45–60.
73. Koinonia F, Santa F, Dumont E, García A, Felix ;, Ysea C. Resiliencia en Estudiantes Universitarios. Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud Salud y Vida [Internet]. 2018 Jul 31 [cited 2022 Nov 7];2(4):43–78. Available from: <https://fundacionkoinonia.com.ve/ojs/index.php/saludyvida/article/view/243>



74. Brooks Robert, Goldstein Sam. El poder de la resiliencia : cómo superar los problemas y la adversidad. Paidós; 2010.
75. Bardales Uriarte F. Programa de formación resiliente en hábitos y actitudes hacia el estudio en estudiantes universitarios. Delectus. 2020;5(2):15–26.
76. Villalobos D. Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. Un Estudio Teórico. 2017;40. Available from: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12614/1/2017\\_procrastinacion\\_academica\\_estudiantes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12614/1/2017_procrastinacion_academica_estudiantes.pdf)
77. Lic Jorge Biglieri Vicedecana Dra Lucía Arminda Rossi D, Silvia Vázquez L, Juan Etchevers Secretaria de Posgrado Dra Isabel María Mikulic Secretario de Hacienda Administración Cdor Gastón Mariano Valle M, Muñoz P, Varela OH, de Profesores Titulares Rossi C, et al. Influencia de la autoeficacia en la perseverancia y la pasión por alcanzar metas a largo plazo (GRIT) en estudiantes universitarios de Parana,Entre Rios.
78. Cid S. Perfeccionismo, Autorregulación y Bienestar Psicológico en la Procrastinación. 2015.



# ANEXOS

ANEXO A  
MATRIZ DE CONSISTENCIA

| Título  | Problema de investigación   | Objetivos   | Hipótesis  | Variables   | Indicadores  | Metodología  | Población y muestra  |
|---|---|---|--|---|--|--|--|
| Procrastinación y resiliencia en estudiantes de enfermería, universidad nacional del altiplano, puno 2023 | ¿Existe relación entre la resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano? | <p><b>Objetivo General:</b><br/>Determinar la relación entre la procrastinación y resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de enfermería</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b><br/>- Determinar el grado de procrastinación en los estudiantes por semestres<br/>-Determinar el grado de resiliencia por semestres<br/>-Determinar la relación entre la autorregulación académica y el nivel de resiliencia</p> | <p><b>Hipótesis general</b><br/>Existe relación significativa entre la resiliencia y la procrastinación en los estudiantes del área de biomédicas de la Universidad Nacional del Altiplano.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b><br/>-Existe relación negativa entre la procrastinación de actividades y el nivel de resiliencia<br/>-Existe relación negativa entre la autorregulación académica y el nivel de resiliencia</p> | <p><b>Procrastinación</b></p> <hr/> <p><b>Resiliencia</b></p> | <p>-Postergación de Actividades Académicas</p> <p>-Auto regulación Académica</p> | <p><b>Tipo de investigación:</b><br/>Descriptivo, experimental y transversal</p> <p><b>Diseño:</b><br/>Correlacional, se establecerá una relación entre ambas variables.</p> | <p><b>Población:</b><br/>Estudiantes de la facultad de enfermería UNAP<br/>N=477</p> <p><b>Muestra:</b><br/>Tipo censal conformada por toda la población.</p> <p><b>Técnicas:</b><br/>Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b><br/>EPA<br/>ARS30</p> <p><b>Estadística:</b><br/>Bivariable<br/>Datos cuantitativos</p> |





**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
**FACULTAD DE ENFERMERIA**  
**CONSENTIMIENTO INFORMADO**



Con el debido respeto nos presentamos, nuestros nombres son Alison Mabel Hinojosa Palao y Leidy Daniela Pacompia Condori, somos egresadas de la carrera Profesional de Enfermería. En la actualidad nos encontramos realizando una investigación titulada Procrastinación y resiliencia en estudiantes de la facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, que tiene como objetivo determinar si existe relación entre la resiliencia y procrastinación en los estudiantes, para ello quisiéramos contar con su valiosa participación. El proceso consistirá en la aplicación de 2 cuestionarios, la escala de procrastinación académica y la escala de resiliencia académica. Los derechos como participantes incluyen el **anonimato**, lo que implica que no habrá manera de identificar individualmente a los participantes de esta investigación, **integridad**, ninguna de las pruebas será perjudiciales y **participación voluntaria**, usd. Tiene derecho de abstenerse de la participación o retirarse en cualquier momento que considere conveniente.

En función de lo leído, desea participar en esta investigación

SI  NO



### Instrumento Nro. 01. ESCALA DE RESILIENCIA ACADÉMICA (ARS)

Edad:.....

Semestre Académico:.....

En este cuestionario, encontraras una serie de preguntas que tienen como fin conocer su forma de actuar ante una determinada situación que se plantea a continuación:

Recibió las calificaciones de fin de unidad y en la mayoría de materias sus notas son desaproboratorias, alejándose de sus metas profesionales, no quiere decepcionar a su familia. Uno de sus docentes le hace una crítica bastante estricta, sin embargo, le da alternativas para mejorar.

Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, solo nos interesa saber cómo eres usualmente. Respecto a la premisa responda:

| N | ITEMS   | Nada probable | Poco probable | Algo probable | Muy probable | Totalmente probable |
|---|---|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------------|
| 1 | Usaría la retroalimentación para mejorar mi trabajo                             |               |               |               |              |                     |
| 2 | Solo me rendiría  |               |               |               |              |                     |
| 3 | Usaría la situación para motivarme a mí mismo                                   |               |               |               |              |                     |
| 4 | Empezaría a pensar que mis posibilidades de éxito en la universidad eran pobres |               |               |               |              |                     |
| 5 | Vería la situación como un desafío  |               |               |               |              |                     |
| 6 | Haría todo lo posible para detener pensamientos negativos                       |               |               |               |              |                     |
| 7 | Vería la situación como temporal  |               |               |               |              |                     |
| 8 | Trabajaría más duro   |               |               |               |              |                     |
| 9 | Probablemente me deprimiría   |               |               |               |              |                     |



|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 10 | Trataría de pensar en nuevas soluciones  |  |  |  |  |  |
| 11 | Estaría muy decepcionado   |  |  |  |  |  |
| 12 | Seguiría intentando  |  |  |  |  |  |
| 13 | No cambiaría mis metas y ambiciones a largo plazo  |  |  |  |  |  |
| 14 | Usaría mis éxitos pasados para que me ayuden a motivarme                                   |  |  |  |  |  |
| 15 | Empezaría a pensar que mis posibilidades de conseguir el trabajo que quiero son escasas    |  |  |  |  |  |
| 16 | Empezaría a supervisar y evaluar mis logros y esfuerzos                                    |  |  |  |  |  |
| 17 | Buscaría ayuda de mis profesores   |  |  |  |  |  |
| 18 | Me daría ánimos a mí mismo   |  |  |  |  |  |
| 19 | Intentaría diferentes formas de estudiar   |  |  |  |  |  |
| 20 | Definiría mis propias metas para lograrlas   |  |  |  |  |  |
| 21 | Buscaría el apoyo de mi familia y amigos   |  |  |  |  |  |
| 22 | Trataría de pensar más en mis fortalezas y debilidades para que me ayuden a trabajar mejor |  |  |  |  |  |
| 23 | Me sentiría como si todo estuviera arruinado y estuviera saliendo mal                      |  |  |  |  |  |
| 24 | Miraría hacia adelante para demostrar que puedo mejorar mis calificaciones                 |  |  |  |  |  |



## Instrumento Nro. 02. ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

### Instrucciones

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que tiene por finalidad evaluar como enfrentas y organizas tus actividades académicas. Por lo cual lee cada frase marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, solo nos interesa saber cómo eres usualmente.

**S: SIEMPRE (Me ocurre siempre)**

**CS: CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)**

**A: AVECES (Me ocurre alguna vez)**

**CN: POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)**

**N: NUNCA**

| N <sup>o</sup> | Item   | S | CS | A | CN | N |
|----------------|--|---|----|---|----|---|
| 1              | Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.     |   |    |   |    |   |
| 2              | Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.                        |   |    |   |    |   |
| 3              | Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda. |   |    |   |    |   |
| 4              | Asisto regularmente a clases.  |   |    |   |    |   |
| 5              | Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.                    |   |    |   |    |   |
| 6              | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.                            |   |    |   |    |   |
| 7              | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.                            |   |    |   |    |   |
| 8              | Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio                            |   |    |   |    |   |
| 9              | Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.        |   |    |   |    |   |
| 10             | Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.                            |   |    |   |    |   |



|        |   |  |  |  |  |  |
|--------|---|--|--|--|--|--|
| 1<br>1 | Trato de terminar mis trabajos importantes con el tiempo de<br>sobra. |  |  |  |  |  |
| 1<br>2 | Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.         |  |  |  |  |  |

### ANEXO C

### CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

. Estadística de fiabilidad de la variable: Procrastinación

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,807             | 12             |

Estadística de fiabilidad de la variable: Resiliencia

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,823             | 24             |



## ANEXO D

**Tabla 6** Relación entre Resiliencia en su dimensión Perseverancia y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

| Perseverancia | Procrastinación |      |       |       |      |       | Total |        |
|---------------|-----------------|------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
|               | Baja            |      | Media |       | Alta |       |       |        |
|               | N               | %    | N     | %     | N    | %     | N     | %      |
| Baja          | 1               | 0.2% | 1     | 0.2%  | 0    | 0.0%  | 2     | 0.4%   |
| Media         | 5               | 1.0% | 157   | 32.9% | 89   | 18.7% | 251   | 52.6%  |
| Alta          | 1               | 0.2% | 131   | 27.5% | 92   | 19.3% | 224   | 47.0%  |
| Total         | 7               | 1.4% | 289   | 60.6% | 181  | 38.0% | 477   | 100.0% |

Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP

**Tabla 7** Relación entre Resiliencia en su dimensión Reflexión y búsqueda adaptiva de ayuda y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

| Reflexión y<br>búsqueda adaptiva<br>de ayuda | Procrastinación |      |       |       |      |       | Total |        |
|--|-----------------|------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
|  | Baja            |      | Media |       | Alta |       |       |        |
|  | N               | %    | N     | %     | N    | %     | N     | %      |
| Baja   | 2               | 0.4% | 11    | 2.3%  | 0    | 0.0%  | 13    | 2.7%   |
| Media  | 4               | 0.8% | 189   | 39.7% | 63   | 13.2% | 256   | 53.7%  |
| Alta   | 1               | 0.2% | 89    | 18.7% | 118  | 24.7% | 208   | 43.6%  |
| Total  | 7               | 1.4% | 289   | 60.7% | 181  | 37.9% | 477   | 100.0% |

Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP



**Tabla 8** Relación entre Resiliencia en su dimensión Afectación negativa y respuesta emocional y el nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno.

| Afectación negativa y<br>respuesta emocional | Procrastinación |      |       |       |      |       | Total |        |
|--|-----------------|------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
|  | Baja            |      | Media |       | Alta |       |       |        |
|  | N               | %    | N     | %     | N    | %     | N     | %      |
| Baja   | 3               | 0.6% | 105   | 22.0% | 103  | 21.6% | 211   | 44.2%  |
| Media  | 3               | 0.6% | 148   | 31.1% | 71   | 14.9% | 222   | 46.6%  |
| Alta   | 1               | 0.2% | 36    | 7.5%  | 7    | 1.5%  | 44    | 9.2%   |
| Total  | 7               | 1.4% | 289   | 60.6% | 181  | 38.0% | 477   | 100.0% |

Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP



## ANEXO E

### ESCALA DE PROCRASTINACION ACADEMICA (EPA) POR ITEMS

| Procrastinación   | Nunca |       | Casi nunca |       | A veces |       | Casi siempre |       | Siempre |       | Total |        |
|---|-------|-------|------------|-------|---------|-------|--------------|-------|---------|-------|-------|--------|
|   | N     | %     | N          | %     | N       | %     | N            | %     | N       | %     | N     | %      |
| Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto     | 6     | 1.3%  | 74         | 15.5% | 153     | 32.1% | 179          | 37.5% | 65      | 13.6% | 477   | 100.0% |
| Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes                        | 26    | 5.5%  | 174        | 36.5% | 137     | 28.7% | 95           | 19.9% | 45      | 9.4%  | 477   | 100.0% |
| Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda | 7     | 1.5%  | 122        | 25.6% | 138     | 28.9% | 122          | 25.6% | 88      | 18.4% | 477   | 100.0% |
| Asisto regularmente a clases  | 27    | 5.7%  | 13         | 2.7%  | 54      | 11.3% | 66           | 13.8% | 317     | 66.5% | 477   | 100.0% |
| Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible                    | 8     | 1.7%  | 83         | 17.4% | 126     | 26.4% | 140          | 29.4% | 120     | 25.1% | 477   | 100.0% |
| Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan                            | 58    | 12.1% | 50         | 10.5% | 126     | 26.4% | 122          | 25.6% | 121     | 25.4% | 477   | 100.0% |
| Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan                            | 57    | 11.9% | 49         | 10.3% | 134     | 28.1% | 120          | 25.2% | 117     | 24.5% | 477   | 100.0% |
| Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio                           | 4     | 0.8%  | 22         | 4.6%  | 156     | 32.7% | 155          | 32.5% | 140     | 29.4% | 477   | 100.0% |
| Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido        | 15    | 3.1%  | 57         | 11.9% | 151     | 31.7% | 183          | 38.4% | 71      | 14.9% | 477   | 100.0% |
| Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio                            | 11    | 2.3%  | 24         | 5.0%  | 149     | 31.3% | 145          | 30.4% | 148     | 31.0% | 477   | 100.0% |
| Trato de terminar mis trabajos importantes con el tiempo de sobra               | 17    | 3.6%  | 56         | 11.7% | 185     | 38.8% | 111          | 23.3% | 108     | 22.6% | 477   | 100.0% |
| Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas                    | 9     | 1.9%  | 62         | 13.0% | 158     | 33.1% | 173          | 36.3% | 75      | 15.7% | 477   | 100.0% |

Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP



## ANEXO F

### ESCALA DE RESILIENCIA ACADEMICA (ARS-30) POR ITEM

| Resiliencia  | Nada probable |       | Poco probable |       | Algo probable |       | Muy probable |       | Totalmente probable |       |
|--|---------------|-------|---------------|-------|---------------|-------|--------------|-------|---------------------|-------|
|  | N             | %     | N             | %     | N             | %     | N            | %     | N                   | %     |
| Usaría la retroalimentación para mejorar mi trabajo  | 55            | 11.5% | 23            | 4.8%  | 0             | 0.0%  | 195          | 40.9% | 204                 | 42.8% |
| Solo me rendiría   | 254           | 53.3% | 159           | 33.3% | 38            | 8.0%  | 13           | 2.7%  | 13                  | 2.7%  |
| Usaría la situación para motivarme a mí mismo  | 5             | 1.0%  | 31            | 6.5%  | 60            | 12.6% | 230          | 48.2% | 151                 | 31.7% |
| Empezaría a pensar que mis posibilidades de éxito en la universidad eran pobres            | 30            | 6.3%  | 153           | 32.1% | 96            | 20.1% | 36           | 7.5%  | 162                 | 34.0% |
| Vería la situación como un desafío   | 5             | 1.0%  | 40            | 8.4%  | 128           | 26.8% | 181          | 37.9% | 123                 | 25.9% |
| Haría todo lo posible para detener pensamientos negativos                                  | 29            | 6.1%  | 34            | 7.1%  | 71            | 14.9% | 174          | 36.5% | 169                 | 35.4% |
| Vería la situación como temporal   | 19            | 4.0%  | 44            | 9.2%  | 155           | 32.5% | 179          | 37.5% | 80                  | 16.8% |
| Trabajaría más duro  | 3             | 0.6%  | 18            | 3.8%  | 61            | 12.8% | 194          | 40.7% | 201                 | 42.1% |
| Probablemente me deprimiría  | 65            | 13.6% | 93            | 19.5% | 111           | 23.3% | 152          | 31.9% | 56                  | 11.7% |
| Trataría de pensar en nuevas soluciones  | 1             | 0.2%  | 23            | 4.8%  | 67            | 14.0% | 225          | 47.2% | 161                 | 33.8% |
| Estaría muy decepcionado   | 45            | 9.4%  | 97            | 20.3% | 125           | 26.2% | 102          | 21.4% | 108                 | 22.7% |
| Seguiría intentando  | 2             | 0.4%  | 12            | 2.5%  | 59            | 12.4% | 156          | 32.7% | 248                 | 52.0% |
| No cambiaría mis metas y ambiciones a largo plazo  | 22            | 4.6%  | 21            | 4.4%  | 102           | 21.4% | 172          | 36.1% | 160                 | 33.5% |
| Usaría mis éxitos pasados para que me ayuden a motivarme                                   | 25            | 5.2%  | 33            | 6.9%  | 49            | 10.3% | 165          | 34.6% | 205                 | 43.0% |
| Empezaría a pensar que mis posibilidades de conseguir el trabajo que quiero son escasas    | 91            | 19.1% | 155           | 32.5% | 96            | 20.1% | 105          | 22.0% | 155                 | 32.5% |
| Empezaría a supervisar y evaluar mis logros y esfuerzos                                    | 7             | 1.5%  | 29            | 6.0%  | 67            | 14.0% | 234          | 49.1% | 140                 | 29.4% |
| Buscaría ayuda de mis profesores   | 24            | 5.0%  | 44            | 9.3%  | 85            | 17.8% | 168          | 35.2% | 156                 | 32.7% |
| Me daría ánimos a mí mismo   | 2             | 0.4%  | 26            | 5.5%  | 63            | 13.2% | 176          | 36.9% | 210                 | 44.0% |
| Intentaría diferentes formas de estudiar   | 7             | 1.5%  | 24            | 5.0%  | 66            | 13.8% | 154          | 32.3% | 226                 | 47.4% |
| Definiría mis propias metas para lograrlas   | 2             | 0.4%  | 10            | 2.1%  | 59            | 12.4% | 181          | 37.9% | 225                 | 47.2% |
| Buscaría el apoyo de mi familia y amigos   | 13            | 2.7%  | 58            | 12.2% | 91            | 19.1% | 139          | 29.1% | 176                 | 36.9% |
| Trataría de pensar más en mis fortalezas y debilidades para que me ayuden a trabajar mejor | 1             | 0.2%  | 24            | 5.0%  | 82            | 17.2% | 203          | 42.6% | 167                 | 35.0% |
| Me sentiría como si todo estuviera arruinado y estuviera saliendo mal                      | 128           | 26.8% | 27            | 5.7%  | 86            | 18.0% | 53           | 11.1% | 183                 | 38.4% |
| Miraría hacia adelante para demostrar que puedo mejorar mis calificaciones                 | 100           | 20.1% | 11            | 2.3%  | 75            | 15.7% | 188          | 39.4% | 103                 | 21.6% |

Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP



## ANEXO G

### PRUEBA DE HIPÓTESIS

**Tabla 9** Relación entre resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

|                              | Valor  | gl | Sig. asintótica (2 caras) |
|------------------------------|--------|----|---------------------------|
| Chi-cuadrado de Pearson      | 11,604 | 4  | ,021                      |
| Razón de verosimilitud       | 1Q     | 4  | ,107                      |
| Asociación lineal por lineal | 3,574  | 1  | ,059                      |
| N de casos válidos           | 477    |    |                           |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*

**Tabla 10** Relación entre la autorregulación académica y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

|                              | Valor  | gl | Sig. asintótica (2 caras) |
|------------------------------|--------|----|---------------------------|
| Chi-cuadrado de Pearson      | 11,441 | 4  | ,022                      |
| Razón de verosimilitud       | 10,841 | 4  | ,028                      |
| Asociación lineal por lineal | 3,311  | 1  | ,069                      |
| N de casos válidos           | 477    |    |                           |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*



**Tabla 11** Relación entre la postergación de actividades y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

|                              | Valor  | gl | Sig. asintótica (2 caras) |
|------------------------------|--------|----|---------------------------|
| Chi-cuadrado de Pearson      | 10,211 | 4  | ,037                      |
| Razón de verosimilitud       | 10,284 | 4  | ,036                      |
| Asociación lineal por lineal | 5,905  | 1  | ,015                      |
| N de casos válidos           | 477    |    |                           |

*Fuente: Cuestionario EPA Y ARS-30 Aplicado a los estudiantes de enfermería UNAP*



## ANEXO H

### TABLAS CON INFORMACIÓN ADICIONAL

**Tabla 12** Edad de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

| Edad    | N   | %    |
|---------|-----|------|
| 16 años | 2   | 1%   |
| 17 años | 19  | 4%   |
| 18 años | 70  | 14%  |
| 19 años | 67  | 13%  |
| 20 años | 79  | 17%  |
| 21 años | 76  | 15%  |
| 22 años | 57  | 11%  |
| 23 años | 42  | 9%   |
| 24 años | 27  | 6%   |
| 25 años | 19  | 4%   |
| 26 años | 9   | 2%   |
| 27 años | 8   | 2%   |
| 28 años | 1   | 1%   |
| 35 años | 1   | 1%   |
| Total   | 477 | 100% |



**Tabla 13** Género de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

| Género    | N   | %    |
|-----------|-----|------|
| Masculino | 67  | 14%  |
| Femenino  | 410 | 86%  |
| Total     | 477 | 100% |

**Tabla 14** Semestre académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

| Semestre académico | N   | %    |
|--------------------|-----|------|
| I                  | 48  | 10%  |
| II                 | 73  | 15%  |
| III                | 63  | 13%  |
| IV                 | 38  | 8%   |
| V                  | 20  | 5%   |
| VI                 | 49  | 10%  |
| VII                | 16  | 3%   |
| VIII               | 31  | 7%   |
| IX                 | 77  | 16%  |
| X                  | 62  | 13%  |
| Total              | 477 | 100% |

**ANEXO I**  
**CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN POR SECCIONES**

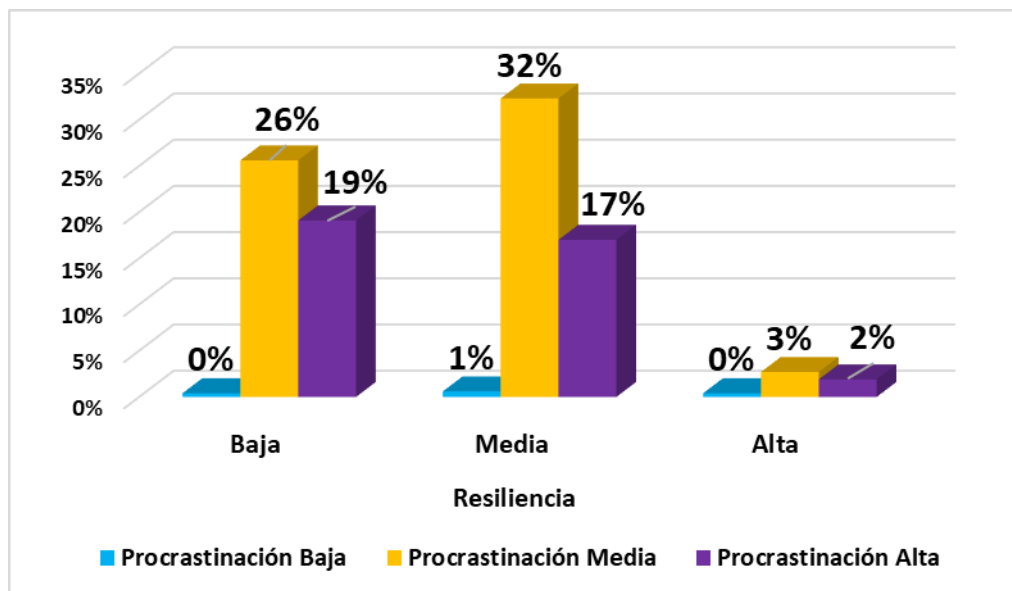
| SEMESTRE  | SECCIÓN     | DIAS DEL MES DE MAYO |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|-----------|-------------|----------------------|-------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|--|--|--|--|
|           |             | 1                    | 2     | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |  |  |  |  |  |
| I         | A           | Red                  | Green |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| II        | A           | Red                  | Green |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| III       | A           | Red                  | Green |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | D           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| IV        | A           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | D           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| V         | U           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | A           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| VI        | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | D           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | U           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| VII       | A           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| VIII      | A           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | B           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | C           | Red                  |       |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
| Internado | Comunitario | Red                  | Green |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |
|           | Clínico     | Red                  | Green |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |

LEYENDA:

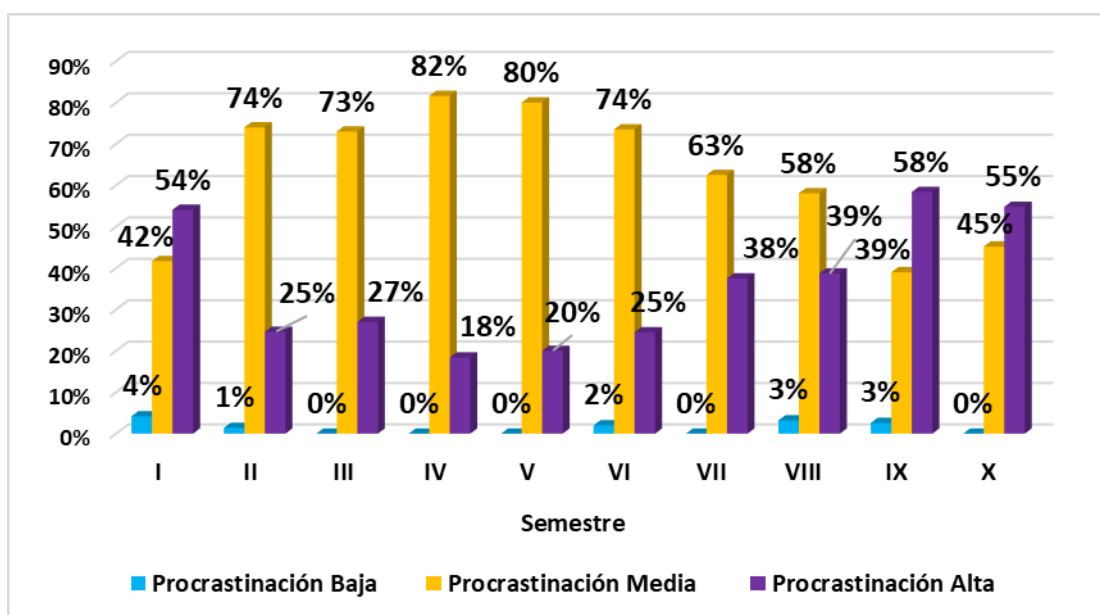
|  |                                       |
|--|---------------------------------------|
|  | Días de ejecución de los instrumentos |
|  | Ferriados, otros                      |

## ANEXO J FIGURAS

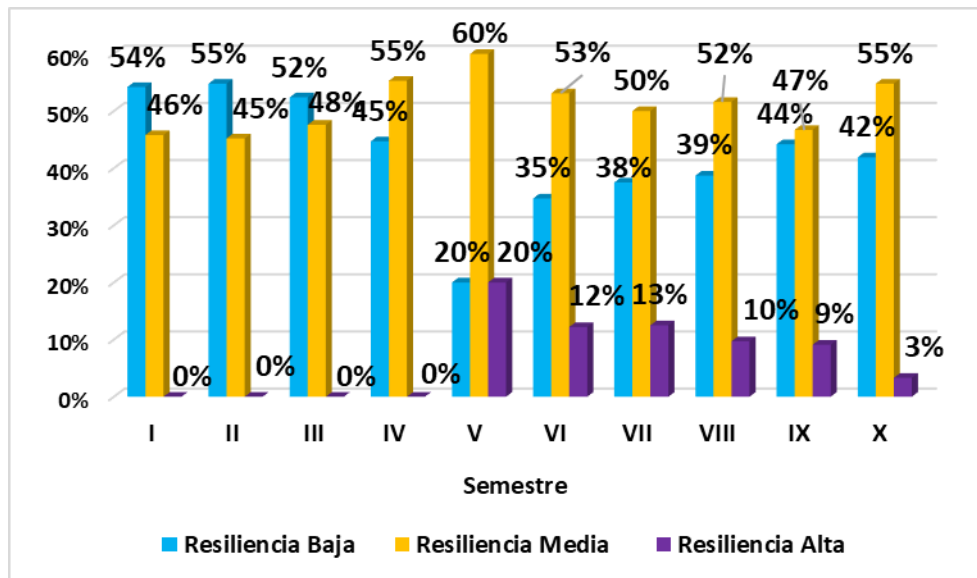
**Figura 1** Resiliencia y la procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



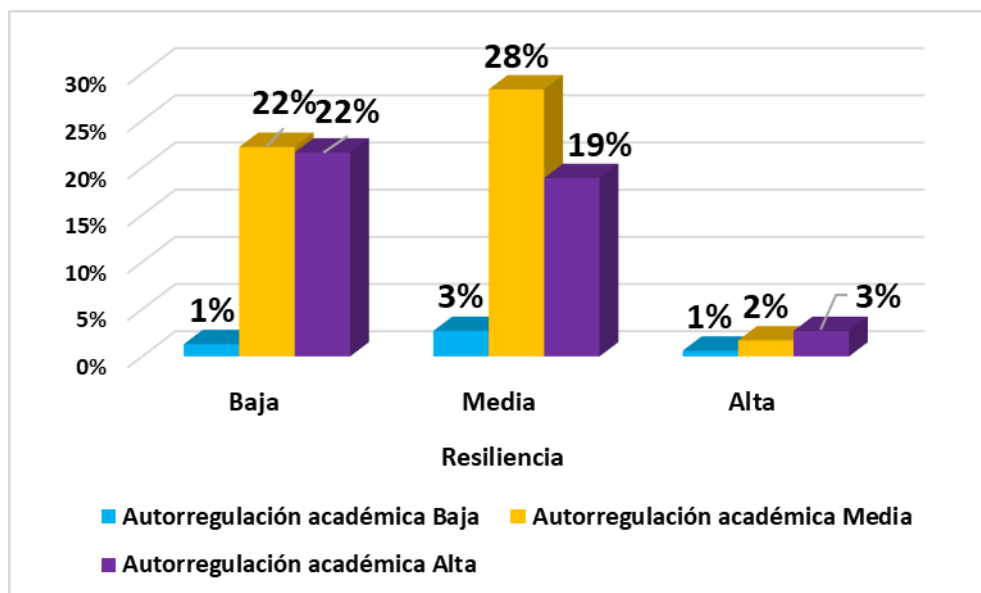
**Figura 2** Nivel de procrastinación en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano según semestres.



**Figura 3** Nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano según semestres.

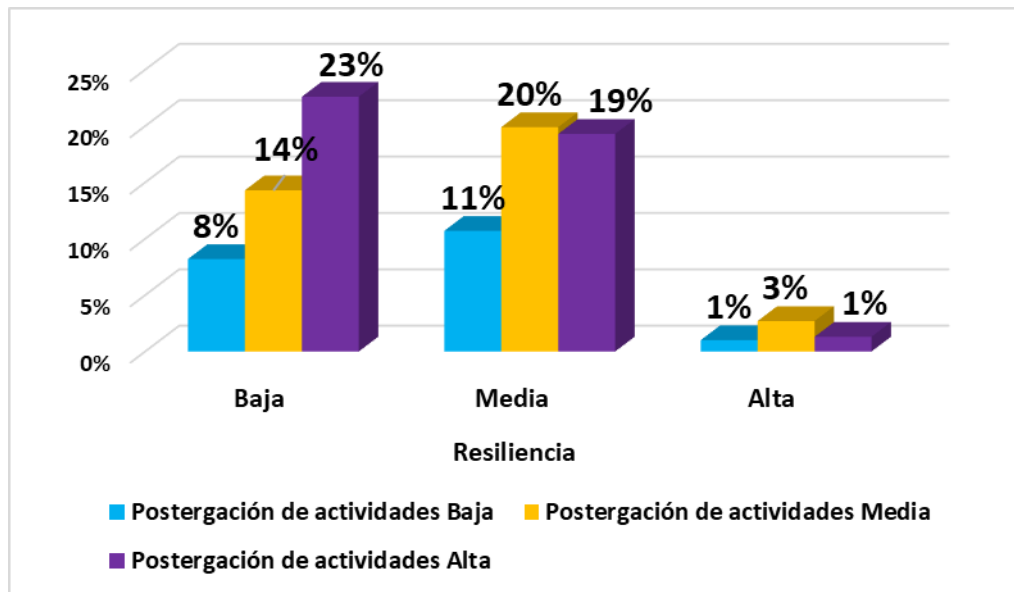


**Figura 4** Autorregulación académica y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.

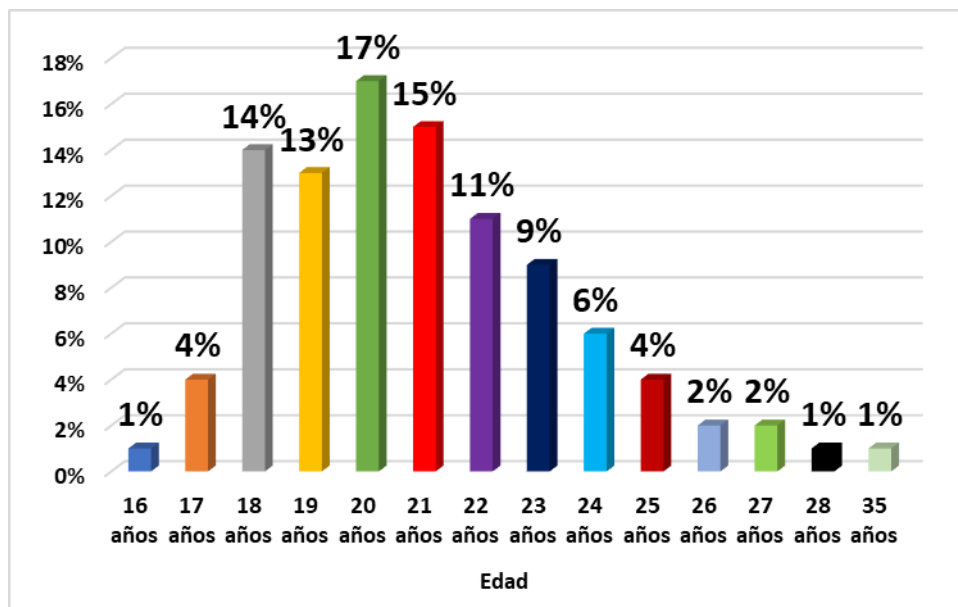




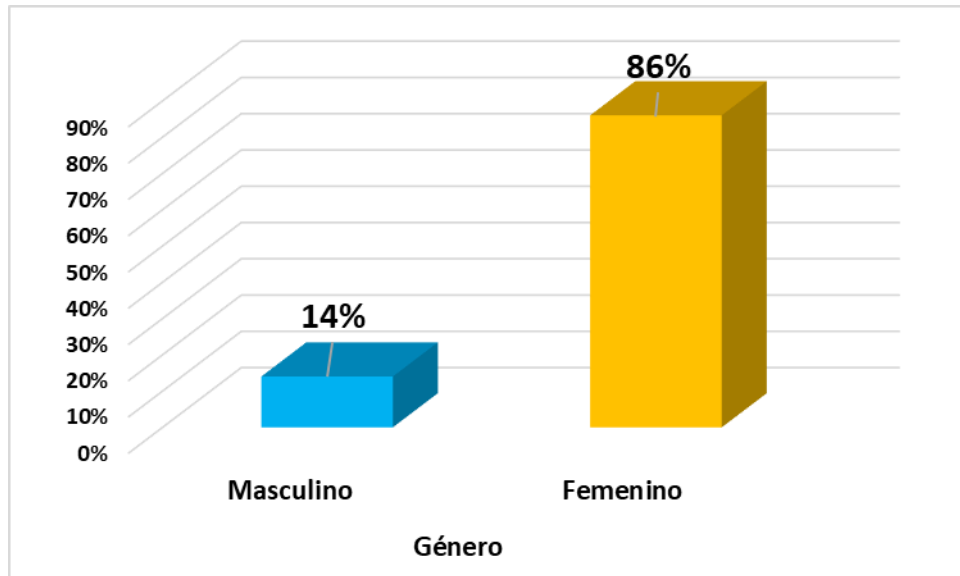
**Figura 5** Postergación de actividades y el nivel de resiliencia en los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



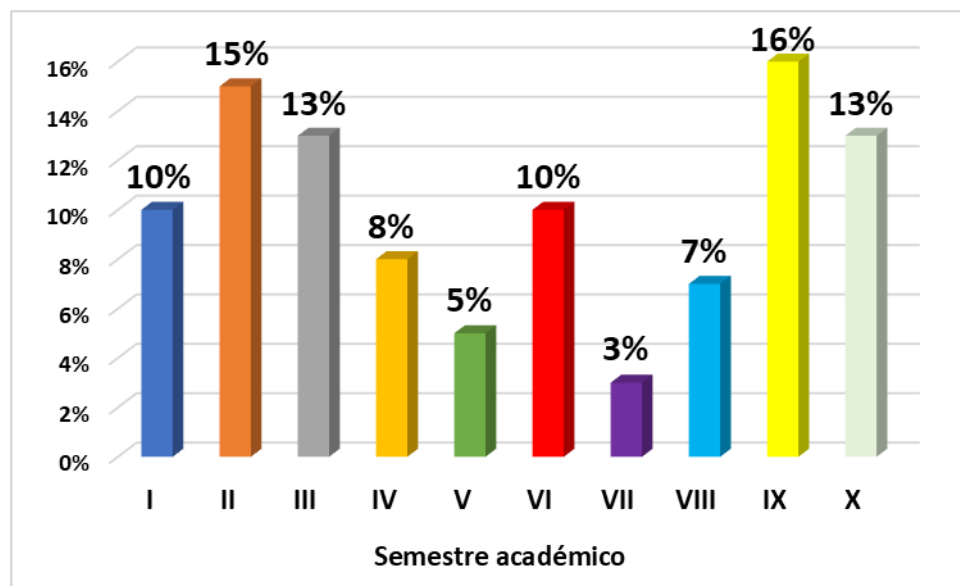
**Figura 5** Edad de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



**Figura 6** Género de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.



**Figura 7** Semestre académico de los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano.





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

Por el presente documento, Yo Alison Mabel Hinojosa Palao  
identificado con DNI 72120689 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

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

"Procrastinación y Resiliencia en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2023"

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 29 de agosto del 2023

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



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

Por el presente documento, Yo Leidy Daniela Pacompia Condori  
identificado con DNI 72119368 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

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

" Procrastinación y Resiliencia en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2023 "

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 29 de Agosto del 2023

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Alison Mabel Mingosa Palao  
identificado con DNI 72120689 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado  
Enfermería

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:  
" Procrastinación y Resiliencia en estudiantes de la Facultad  
de enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2023  
"

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 29 de agosto del 2023

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Leidy Daniela Pacompia Condori  
identificado con DNI 72119368 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

Enfermería

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

"Procrastinación y Resiliencia en estudiantes de la Facultad  
de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2023"

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 29 de Agosto del 2023

  
FIRMA (obligatoria)



Huella