



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



**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN  
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI – APLICACIÓN UNA  
PUNO 2022.**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**MIRIAN AYMITUMA CONDORI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN, ESPECIALIDAD DE  
CIENCIAS SOCIALES**

**PUNO – PERÚ**

**2024**



# MIRIAN AYMITUMA CONDORI

## ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATI...

My Files

My Files

Universidad Nacional del Altiplano

### Detalles del documento

Identificador de la entrega  
trn.oid::8254.417394498

94 Páginas

Fecha de entrega  
18 dic 2024, 9:58 p.m. GMT-5

14,066 Palabras

83,912 Caracteres

Fecha de descarga  
18 dic 2024, 10:02 p.m. GMT-5

Nombre de archivo  
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN.pdf

Tamaño de archivo  
3.4 MB





## 14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cá...

### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

### Fuentes principales

- 12% Fuentes de Internet
- 4% Publicaciones
- 7% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

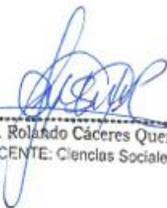
### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



M.Sc. Rolando Cáceres Quenta  
DOCENTE: Ciencias Sociales



Dra. Brenda Karen Salas Mendizábal  
DOCENTE





## DEDICATORIA

*A mi querida madre María, quien me enseñó la importancia de la perseverancia y el trabajo duro, quien me inspiró con su ejemplo y me motivó a alcanzar mis metas, quien ha sido un apoyo incondicional en mi vida y en mi carrera académica y profesional.*

*A mis hermanos y hermanas Soledad, Roel, Frank, Flor y Luz quienes me han brindado su apoyo y motivación en momentos difíciles. ¡Gracias por estar allí!*

*A mis amigos Falconi, Magui y Alex quienes no dudaron en darme la mano cuando más lo necesité, amigos que confiaron en mí y me brindaron la amistad más sincera y sin condiciones que pude conocer.*

***Mirian Aymituma Condori***



## AGRADECIMIENTOS

*A Dios, por hacer posible esta investigación.*

*A la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, por permitir y ser parte de la prestigiosa facultad de Ciencias de la Educación, en la Escuela de Profesional de Educación Secundaria, programa de Ciencias Sociales; agradezco infinitamente por la formación profesional que se me inculcó.*

*A mi docente asesor Dr. Rolando Cáceres Quenta, por su destacada orientación durante el proceso de mi investigación y redacción de tesis. De igual manera a mis jurados evaluadores, agradezco su tiempo, sus sugerencias y orientaciones, su esfuerzo y dedicación, los cuales fueron fundamentales para culminar este anhelado trabajo.*

***Mirian Aymituma Condori***



# ÍNDICE GENERAL

	<b>Pág.</b>
<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTOS</b>	
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>	
<b>ACRÓNIMOS</b>	
<b>RESUMEN.....</b>	14
<b>ABSTRACT.....</b>	15
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	17
<b>1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....</b>	20
1.2.1. Problema General .....	20
1.2.2. Problemas Específicas .....	21
<b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	21
1.3.1. Hipótesis General .....	21
1.3.2. Hipótesis Específicas.....	21
<b>1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....</b>	21
<b>1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	23
1.5.1. Objetivo General .....	23
1.5.2. Objetivos Específicos .....	24



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

<b>2.1. ANTECEDENTES</b> .....	25
2.1.1. A nivel Internacional.....	25
2.1.2. A nivel Nacional.....	27
2.1.3. A nivel Local.....	29
<b>2.2. MARCO TEÓRICO</b> .....	32
2.2.1. Redes sociales .....	32
2.2.2. Facebook .....	33
2.2.2.1. Frecuencia de uso .....	34
2.2.2.2. Seguir una marca.....	35
2.2.2.3. Compartir .....	35
2.2.3. Tik tok .....	35
2.2.3.1. Funciones .....	37
2.2.4. WhatsApp.....	37
2.2.5. Procrastinación .....	38
2.2.6. Autorregulación académica .....	39
2.2.7. Postergar actividad .....	40

## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

<b>3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO</b> .....	41
<b>3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO</b> .....	42
<b>3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL DE ESTUDIO</b> .....	42
3.3.1. Técnicas de recolección de datos .....	42
3.3.2. Instrumento de recolección de datos.....	42



3.3.3.	Validez y confiabilidad de los instrumentos .....	43
<b>3.4.</b>	<b>POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO .....</b>	<b>44</b>
3.4.1.	Población .....	44
3.4.2.	Muestra.....	45
<b>3.5.</b>	<b>DISEÑO ESTADÍSTICO .....</b>	<b>46</b>
3.5.1.	Enfoque de investigación .....	46
3.5.2.	Tipo de investigación .....	46
3.5.3.	Diseño de investigación .....	46
<b>3.6.</b>	<b>PROCEDIMIENTO.....</b>	<b>47</b>
<b>3.7.</b>	<b>VARIABLES.....</b>	<b>47</b>
<b>3.8.</b>	<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>48</b>

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

<b>4.1.</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>50</b>
<b>4.2.</b>	<b>ANÁLISIS DESCRIPTIVO .....</b>	<b>50</b>
4.2.1.	Adicción a las Redes Sociales .....	50
4.2.2.	Procrastinación .....	56
<b>4.3.</b>	<b>RESULTADOS INFERENCIALES.....</b>	<b>61</b>
4.3.1.	Prueba de normalidad.....	61
4.3.2.	Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes.....	62
4.3.3.	Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica .....	64
4.3.4.	Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica.....	65



<b>4.4. DISCUSIÓN.....</b>	<b>66</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>69</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>70</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>71</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>76</b>

**ÁREA:** Interdisciplinaridad en la dinámica educativa: Ciencias Sociales

**TEMA:** La familia y la educación

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 26 de diciembre del 2024



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1</b> Prueba de confiabilidad del cuestionario de adicción a redes sociales .....	43
<b>Tabla 2</b> Prueba de confiabilidad del cuestionario de procrastinación académica .....	43
<b>Tabla 3</b> Población estudiantil de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno .....	44
<b>Tabla 4</b> Estudiantes por secciones del ciclo VII de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno .....	45
<b>Tabla 5</b> Operacionalización de variables .....	47
<b>Tabla 6</b> Grado de relación según coeficiente de correlación de Rho de Spearman ..	49
<b>Tabla 7</b> Dimensión Facebook .....	50
<b>Tabla 8</b> Dimensión Tik tok .....	51
<b>Tabla 9</b> Dimensión WhatsApp .....	53
<b>Tabla 10</b> Primera variable adicción a redes sociales .....	54
<b>Tabla 11</b> Dimensión autorregulación académica .....	56
<b>Tabla 12</b> Dimensión postergación académica .....	57
<b>Tabla 13</b> Segunda variable procrastinación académica .....	59
<b>Tabla 14</b> Resultados de prueba de normalidad .....	62
<b>Tabla 15</b> Correlación entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica	63
<b>Tabla 16</b> Correlación entre adicción a redes sociales y autorregulación académica ..	64
<b>Tabla 17</b> Correlación entre adicción a redes sociales y postergación académica .....	66



## ÍNDICE DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
<b>Figura 1</b> Ubicación geográfica del estudio.....	41
<b>Figura 2</b> Facebook.....	51
<b>Figura 3</b> Tik tok.....	52
<b>Figura 4</b> WhatsApp.....	53
<b>Figura 5</b> Primera variable adicción a redes sociales .....	55
<b>Figura 6</b> Autorregulación académica .....	56
<b>Figura 7</b> Postergación académica.....	58
<b>Figura 8</b> Procrastinación académica.....	59
<b>Figura 9</b> Aplicación de la encuesta a los estudiantes de 4to grado.....	91
<b>Figura 10</b> Aplicación del cuestionario en los estudiantes del 5to grado.....	91
<b>Figura 11</b> Aplicación de la encuesta a los estudiantes del 3er grado.....	92



## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1:</b> Matriz de consistencia .....	76
<b>ANEXO 2:</b> Base de datos.....	77
<b>ANEXO 3:</b> Constancia de ejecución de proyecto de investigación .....	83
<b>ANEXO 4:</b> Solicitud de acceso a la institución .....	84
<b>ANEXO 5:</b> Acta de aprobación de proyecto.....	85
<b>ANEXO 6:</b> Validación de instrumentos por expertos .....	86
<b>ANEXO 7:</b> Escala de procrastinación académica (EPA).....	89
<b>ANEXO 8:</b> Cuestionario sobre adicción a las redes sociales .....	90
<b>ANEXO 9:</b> Evidencias fotográficas .....	91
<b>ANEXO 10:</b> Declaración jurada de autenticidad de tesis .....	93
<b>ANEXO 11:</b> Autorización para el depósito de tesis en el Repositorio Institucional .....	94



## ACRÓNIMOS

<b>IES:</b>	Institución Educativa Secundaria
<b>EPA:</b>	Escala de Procrastinación Académica
<b>ARS:</b>	Adicción a las Redes Sociales
<b>UNA:</b>	Universidad Nacional del Altiplano



## RESUMEN

La investigación titulada Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la institución educativa José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022, tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, de tipo básico y nivel correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal. La técnica que se utilizó es la encuesta y el instrumento para el recojo de información fue un cuestionario diseñado para evaluar la adicción a las redes sociales y otro para medir la procrastinación académica. La muestra estuvo compuesta por 151 estudiantes del ciclo VII. Los resultados revelaron según la prueba de Rho de Spearman se obtuvo un coeficiente de correlación de  $(,211^{**})$  y un p-valor de  $(0,009)$ , indicando una relación positiva baja, es decir, que a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también tiende a aumentar la procrastinación académica. Se concluyó, que el uso excesivo de redes sociales puede actuar como un distractor que contribuye al aplazamiento de tareas y responsabilidades académicas.

**Palabras clave:** Autocontrol, Desempeño, Procrastinación académica, Redes sociales.



## ABSTRACT

The research titled Addiction to social networks and academic procrastination in students of the José Carlos Mariátegui educational institution - UNA Puno 2022 Application, aimed to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination. It was developed under a quantitative approach, basic type and correlational level, with a non-experimental cross-sectional design. The technique used is the survey and the instrument for collecting information was a questionnaire designed to evaluate addiction to social networks and another to measure academic procrastination. The sample was made up of 151 students from cycle VII. The results revealed, according to Spearman's Rho test, a correlation coefficient of (.211\*\*) and a p-value of (0.009) were obtained, indicating a low positive relationship, that is, as addiction to Social networks also tend to increase academic procrastination. It was concluded that the excessive use of social networks can act as a distractor that contributes to the postponement of academic tasks and responsibilities.

**Keywords:** Self-control, Performance, Academic procrastination, Social networks.



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, las redes sociales se han convertido en una herramienta indispensable para millones de personas en todo el mundo. Estas plataformas han revolucionado la comunicación, facilitando el acceso inmediato a la información y la interacción global. Sin embargo, su uso desmedido ha comenzado a generar preocupaciones debido a sus efectos negativos en diversos ámbitos, particularmente en el académico, donde pueden provocar distracciones, pérdida de tiempo y una disminución en el rendimiento de los estudiantes.

La adicción a las redes sociales, entendida como el uso excesivo y descontrolado de estas plataformas, ha sido identificada como un fenómeno creciente con implicancias significativas en la conducta y hábitos de los usuarios. Entre los efectos más destacados, se encuentra la procrastinación, que consiste en retrasar deliberadamente tareas importantes, afectando el cumplimiento de responsabilidades académicas. Este comportamiento resulta especialmente preocupante en los estudiantes, quienes deben equilibrar sus actividades educativas con un uso saludable de estas tecnologías.

La presente investigación tiene como propósito analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariátegui Aplicación – UNA Puno, durante el año 2022. Este grupo resulta particularmente relevante, ya que su interacción constante con estas plataformas digitales puede influir significativamente en su desempeño académico y en la gestión de sus actividades escolares.



Mediante este estudio, se pretende aportar información valiosa que permita comprender mejor el impacto de estas dos problemáticas en el ámbito educativo. Asimismo, se busca generar conocimientos útiles para diseñar estrategias orientadas a reducir los efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales, promoviendo un manejo más adecuado del tiempo y un mejor desempeño académico entre los estudiantes. La estructura de la tesis se detalla a continuación:

**Capítulo I:** Plantea la investigación mediante la formulación del problema, hipótesis, justificación y objetivos, proporcionando una base sólida para el desarrollo del estudio.

**Capítulo II:** Presenta la revisión de literatura, incluyendo antecedentes, marco teórico, fundamentados en perspectivas teórico-científicas que sustentan las variables del estudio.

**Capítulo III:** Describe la metodología, abordando la ubicación geográfica, materiales, métodos, tipo y diseño de la investigación.

**Capítulo IV:** Expone los resultados obtenidos y su discusión en comparación con otros estudios previos.

Finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones derivadas del análisis realizado.

## **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Las redes sociales se han integrado de manera significativa en la vida cotidiana, especialmente entre los adolescentes, quienes las utilizan no solo para interactuar con sus amigos y conocidos, sino también para acceder a información y entretenimiento. "Las redes sociales son comunidades digitales donde los usuarios tienen la posibilidad de crear



perfiles públicos personales, relacionarse con amigos del entorno real y conectar con otras personas que comparten intereses similares" (Kuss & Griffiths, 2011). Sin embargo, el uso excesivo de estas plataformas ha sido asociado a varios problemas, especialmente en el ámbito académico.

A nivel global, diversos estudios han mostrado que la adicción a las redes sociales se ha convertido en un fenómeno creciente, afectando tanto el bienestar social como el rendimiento académico de los estudiantes. Este uso excesivo de las redes sociales genera distracciones constantes que afectan la capacidad de los estudiantes para cumplir con sus responsabilidades académicas a tiempo, lo que se traduce en un fenómeno de procrastinación académica. La procrastinación se define como "un hábito conductual que consiste en posponer de manera intencional la ejecución de tareas que tienen un plazo determinado para su cumplimiento"(Quant & Sánchez, 2012).

A nivel nacional, la procrastinación académica se ha identificado como un problema significativo entre los estudiantes de educación secundaria y superior, relacionado estrechamente con el bajo rendimiento académico. "la procrastinación es un fenómeno muy típico en las sociedades industrializadas; tanto, que se le considera un 'mal moderno'. El 40% de las personas ha experimentado problemas en diferentes contextos de su vida a causa de la procrastinación, y más del 25% sufre de procrastinación crónica" (Sánchez Hernández, 2010). Estas acciones tienen su origen en la adolescencia, cuando los jóvenes comienzan a experimentar dificultades para gestionar su tiempo de manera adecuada. La falta de control sobre el tiempo de estudio y la constante exposición a distracciones digitales, como las redes sociales, contribuyen a la procrastinación académica, lo que afecta su rendimiento escolar.



A nivel local, en la Institución Educativa José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno, durante mis prácticas preprofesionales, se observó un patrón significativo en el uso excesivo de redes sociales por parte de los estudiantes, especialmente durante los recreos y en ocasiones durante las clases, este comportamiento no solo impacta negativamente en su rendimiento académico, sino que también fomenta la procrastinación, afectando su capacidad de organizar el tiempo y cumplir con responsabilidades escolares de manera oportuna, asimismo, la dependencia a las redes sociales puede generar consecuencias emocionales, como ansiedad y baja autoestima, además de limitar el desarrollo de habilidades sociales. Las plataformas más utilizadas eran TikTok, Facebook y WhatsApp, las cuales se convirtieron en fuentes de distracción. Este comportamiento interrumpía el tiempo dedicado al estudio y las tareas escolares, lo que generaba un retraso en la entrega de trabajos y proyectos. Los estudiantes mostraban más interés en las redes sociales que en el cumplimiento de sus responsabilidades académicas, lo que generaba un aumento de la procrastinación académica. Muchos dejaban la realización de tareas para el último momento, lo que afectaba tanto la calidad como la puntualidad en la entrega de las mismas.

Las principales causas de este comportamiento incluyen el uso excesivo de las redes sociales, que genera una constante distracción, interrumpiendo el tiempo dedicado al estudio. Además, la falta de habilidades para gestionar el tiempo y el autocontrol ante la tentación de las redes sociales refuerzan la procrastinación. La disponibilidad constante de dispositivos móviles en todo momento, tanto durante las clases como en los recreos, también contribuye a esta distracción. En cuanto a los efectos, la procrastinación afecta directamente el rendimiento académico de los estudiantes, ya que posponen las tareas hasta el último minuto, lo que limita la calidad de su trabajo. Además, esta práctica genera altos niveles de estrés y ansiedad, ya que los estudiantes se sienten presionados a cumplir



con los plazos sin haber dedicado el tiempo necesario para realizar sus tareas de manera adecuada.

Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) han transformado la manera en que los adolescentes interactúan con el mundo. Las TIC proporcionan a los jóvenes un acceso amplio a conocimientos y experiencias que, en su mayoría, favorecen su desarrollo personal y social. Sin embargo, este acceso también puede tener consecuencias negativas (Echeburua & Requesens, 2012). El uso excesivo de internet es un problema que afecta principalmente a los adolescentes, quienes están en mayor riesgo de desarrollar adicción a las redes sociales (Chóliz & Marco, 2021). En algunos casos, los adolescentes pueden llegar a pasar hasta diez horas jugando o navegando en internet, lo que puede derivar en un comportamiento adictivo y afectar gravemente su bienestar.

Se resalta que a nivel global como local, la situación virtual subraya la importancia de entender las relaciones entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica. Por lo tanto, el uso excesivo de las redes sociales actúa como una variable independiente que influye directamente en la procrastinación académica, que se presenta como la variable dependiente.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema General**

¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022?



### **1.2.2. Problemas Específicas**

- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022?

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

### **1.3.1. Hipótesis General**

Existe relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno 2022.

### **1.3.2. Hipótesis Específicas**

- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.
- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.

## **1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

La tecnología representa una herramienta clave para la transformación del entorno humano. Sin embargo, su uso inadecuado, especialmente en los jóvenes, ha dado lugar a



preocupaciones sobre sus repercusiones en su desarrollo académico, social y emocional (Bunge, 1843). El uso excesivo de las redes sociales, fenómeno ampliamente documentado en la literatura, se ha convertido en un reto significativo para el entorno educativo. En este sentido, los estudiantes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui enfrentan un desafío que afecta tanto su rendimiento académico como su bienestar emocional, debido al uso desmedido de plataformas como TikTok, Facebook y WhatsApp, principalmente durante los períodos de clases y recreos. La observación directa de este comportamiento fue un indicativo claro de cómo el tiempo invertido en redes sociales estaba interfiriendo con la realización de tareas académicas y generando una procrastinación en sus responsabilidades escolares.

La importancia de esta investigación radica en que permitió abordar una problemática creciente que afecta a muchos estudiantes en el contexto educativo actual: la interrelación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Esta relación, evidenciada en los resultados obtenidos, muestra que el uso excesivo de las redes sociales no solo retrasaba la ejecución de tareas escolares, sino que también disminuía la capacidad de los estudiantes para organizar su tiempo de manera efectiva. A lo largo de este estudio, se evidenció que la procrastinación académica no solo afecta el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también genera un impacto en su salud emocional, ya que el estrés generado por las tareas pendientes y el sentimiento de incapacidad ante el aplazamiento continuo afectaban su bienestar general.

El análisis detallado de la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación permitió identificar las causas subyacentes de este comportamiento, contribuyendo a una mejor comprensión de sus efectos en los estudiantes. Además, la investigación ofreció una base sólida de datos para diseñar estrategias específicas de intervención. Estas estrategias, que incluyen talleres y programas educativos sobre el uso



equilibrado de la tecnología, tienen como objetivo mejorar la gestión del tiempo y la priorización de responsabilidades académicas en los estudiantes. Al identificar y abordar las causas de la procrastinación, la investigación brindó herramientas útiles para que los estudiantes pudieran desarrollar hábitos de estudio más saludables y mejorar su rendimiento académico.

El estudio también fue significativo en términos de generar conciencia tanto entre los estudiantes como en la comunidad educativa sobre los peligros del uso desmedido de las redes sociales. A través de los resultados obtenidos, se brindó información valiosa que permitió a la institución educativa implementar medidas correctivas y preventivas, como la promoción de un uso responsable de las tecnologías y la creación de espacios educativos donde se abordaran las consecuencias psicológicas y emocionales derivadas del uso excesivo de las redes sociales. De este modo, la investigación no solo buscó mejorar el rendimiento académico, sino también contribuir al bienestar integral de los estudiantes, apoyando su desarrollo personal, social y emocional, y creando un ambiente educativo más equilibrado y saludable.

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

### **1.5.1. Objetivo General**

Determinar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.



### 1.5.2. Objetivos Específicos

- Identificar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno.
- Analizar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno.



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

##### 2.1.1. A nivel Internacional

Romero & Romero (2024) en su artículo “Procrastinación académica, adicción a redes sociales y funciones ejecutivas: Un estudio de autorreporte en adolescentes” con el objetivo de explorar la relación entre procrastinación académica (PA), adicción a las redes sociales (ARS), rendimiento académico (RA) y funciones ejecutivas (FE) en 132 adolescentes mexicanos. La metodología fue cuantitativa, con un diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo y correlacional. Los resultados mostraron correlaciones significativas, indicando que la falta de control emocional e inhibición facilita la ARS, lo que aumenta la procrastinación académica. Además, las dificultades en planificación y organización se asociaron con la PA, y mejores funciones ejecutivas mejoraron el rendimiento académico. La conclusión resalta la necesidad de fortalecer las funciones ejecutivas para prevenir los efectos negativos de la PA y ARS en los estudiantes.

Bautista et al. (2023) en su artículo “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular”, con la finalidad de determinar la relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de quinto grado de secundaria de 4 instituciones. La metodología empleada fue de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y un tipo descriptivo correlacional de



corte transversal, trabajando con una muestra de 233 estudiantes. Los resultados mostraron que los estudiantes presentaban niveles bajos de adicción a las redes sociales y moderados de procrastinación académica, encontrándose una correlación significativa (Rho de Spearman = 0,429,  $p < 0,05$ ). Concluyeron que existe una relación significativa entre ambas variables, lo que sugiere la necesidad de implementar programas psicoeducativos para abordar el uso excesivo de redes sociales.

Reynoso (2022) investigo sobre “Adicción a redes sociales en estudiantes de Educación Media Superior en el contexto de emergencia por COVID-19 en México”. El objetivo principal del estudio fue conocer el nivel de adicción a redes sociales del estudiantado. El diseño fue cuantitativo, correlacional, y transversal. Se obtuvo una muestra de 568 estudiantes del Servicio Nacional del Bachillerato en Línea. Se utilizó la escala de Adicción a las redes sociales de Escurra & Salas (2014). Los resultados mostraron que los estudiantes cuentan con niveles bajos de adicción a las redes sociales, y además, se encontraron diferencias significativas entre los estudiantes con y sin actividad laboral y una correlación negativa con la edad.

Altamirano & Rodriguez (2021) investigaron sobre “procrastinación académica y su relación con la ansiedad”, el objetivo principal fue establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua – Ecuador. Mediante un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional, se aplicó la Escala de Procrastinación Académica de Busko y la de valoración para la ansiedad de Hamilton. Conclusión, en ambas dimensiones de la PA predominó el nivel promedio: 52% en PA y 48% en AA. Prevalció el nivel leve de ansiedad (54%),



existiendo diferencias significativas según el sexo ( $p=0,012$ ), la correlación resultó estadísticamente significativa entre postergación de actividades y ansiedad.

Ramírez et al. (2021) en su artículo “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19” tuvieron el propósito de analizar las diferencias por sexo en la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales. Para ello, se empleó una metodología descriptiva correlacional con una muestra de 250 estudiantes. Se hallaron diferencias significativas en cuanto a la autorregulación y los problemas derivados del uso de redes sociales, además de correlaciones relevantes entre las dos variables. Concluyen que los docentes deben promover la autorregulación para reducir los efectos negativos de estos comportamientos en los estudiantes.

### **2.1.2. A nivel Nacional**

Vásquez (2022) en su investigación “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2022. Como principal objetivo fue determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de quinto año de secundaria. Aplicó un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, diseño no experimental. se consideró como instrumentos de recolección de datos a la Escala de Adicción a las Redes Sociales [ARS] y la Escala de Procrastinación Académica [EPA], luego de procesar los resultados se comprobó mediante la estadística inferencial, una significancia de ,019 a través del estadígrafo Rho de Spearman Concluyendo que sí existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica.



Rodas & Puma (2021) investigaron sobre “Adicción al internet y procrastinación en tiempos de COVID 19”, El objetivo principal fue determinar la relación que existe entre la adicción al internet y la procrastinación académica de los estudiantes de nivel secundario de la I.E. 40174 Paola Frassinetti Fe y Alegría 45 en Arequipa, 2021. La metodología es de enfoque cuantitativo, correlacional, no experimental transversal. El instrumento que se aplicó fue la escala de adicción al internet, y la escala de procrastinación académica. Los principales resultados demostraron que, el nivel de adicción moderado del 37 %, y el alto de adicción es el 36%. En consecuencia, el 62% de estudiantes tuvieron un nivel alto de procrastinación laboral, concluyendo que si existe relación entre la variable adicción al internet y procrastinación académica.

Hinostroza (2021) Sustentó la tesis titulada “procrastinación académica y ansiedad bibliotecaria en alumnos de VI ciclo de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado del distrito de Surco, 2021”. El objetivo principal de la presente investigación es establecer la relación de la procrastinación académica y ansiedad. La investigación tiene un enfoque cuantitativo, no experimental, correlacional de corte transversal. La muestra fue conformada por un total de 47 alumnos, quienes completaron los instrumentos Escala de procrastinación académica (EPA) y la Escala de ansiedad bibliotecaria. Los resultados concernientes al nivel de la variable de procrastinación académica señalan que el nivel medio es el predominante con un 62%, igualmente los niveles de la variable ansiedad bibliotecaria presente en los alumnos indican que un 77% presenta un nivel medio.

Núñez & Cisneros (2019) en su artículo “Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios” tuvieron como



objetivo explorar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Para ello, se empleó una metodología correlacional que permitió analizar cómo estas dos variables se vinculan. Sus resultados revelaron una fuerte correlación positiva y significativa ( $r = 0.9778$ ), lo que sugiere que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también lo hace la procrastinación académica. Concluyen que el uso excesivo de las redes sociales tiene un impacto negativo en la capacidad de los estudiantes para gestionar su tiempo y cumplir con sus responsabilidades académicas.

Paredes (2019) en su investigación “Adicción A Las Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes De Una Institución Educativa Del Distrito De Paiján”, tuvo el propósito de analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación. Para ello, utilizó una metodología descriptiva correlacional, aplicando dos escalas: la de adicción a las redes sociales y la de procrastinación académica, a una muestra de 225 estudiantes de entre 15 y 18 años. Los resultados obtenidos mostraron una correlación significativa de efecto pequeño a mediano ( $p < .05$ ). Concluyendo que existe una relación entre ambas variables.

### **2.1.3. A nivel Local**

Hanco (2024) en su tesis “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Nacional de Juliaca, 2023”, tuvo como objetivo establecer la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la Universidad Nacional de Juliaca. Se utilizó un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo-



correlacional y transversal, con una muestra de 338 estudiantes. Los resultados mostraron correlaciones significativas entre ambas variables, destacando  $Rho$  Spearman = 0,716 para el uso excesivo de redes y  $Rho$  Spearman = 0,638 para la dependencia emocional. Concluye que existe una relación positiva y proporcional entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica.

Condori & Aceituno (2023) en su investigación “Habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022” tuvo el propósito de determinar la incidencia de las habilidades sociales en la procrastinación académica en estudiantes. Utilizó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, de alcance descriptivo-correlacional y corte transversal, en una muestra de 278 estudiantes. Sus resultados revelaron una correlación inversa moderada entre habilidades sociales y procrastinación académica ( $Rho$  Spearman = -0.545,  $p < 0.05$ ). Concluye que mejorar habilidades sociales básicas, avanzadas y de planificación reduce significativamente la procrastinación académica en este grupo estudiantil.

Chaiña (2022) Sustento la tesis titulada: “uso de las redes sociales y su relación con la autoestima de los estudiantes de la escuela profesional de educación primaria de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno, 2020”. El objetivo principal es establecer la relación del uso de las redes sociales en la autoestima de los estudiantes; la metodología con la que se trabajó es de tipo correlacional, además con un estudio transversal para analizar el grado de autoestima en relación al uso de las redes sociales en estudiantes del VIII, IX y X ciclo; Los resultados a los cuales se arribaron no nos muestran correlación entre una y otra variables por lo que se concluye que el uso de las redes sociales no



influye en su relación con la autoestima, de tal manera que la investigación genera analizar y seguir imbuidos en la investigación con otras variable.

Cayllahua & Huanaco (2021) Sustentaron la tesis: “factores individuales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la escuela profesional de ingeniería civil de la UNA Puno – 2019”. El objetivo general estuvo orientado a demostrar la relación de los factores individuales y la procrastinación académica. La metodología fue de enfoque cuantitativo, correlacional, diseño no experimental de corte transversal. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento de recolección de datos el cuestionario y la Escala de Procrastinación Académica, aplicado a una muestra de 270 estudiantes. Los resultados presentan alto uso de internet y alta procrastinación académica en un 60.0%, obtenido la correlación positiva alta de 0, 857, también presentan inadecuados factores individuales y una alta conducta de PA en un 61.1%, teniendo la correlación positiva alta de 0,881; con un nivel de confianza de 95%.

Ccopa & Turpo (2019) Sustentaron sobre “Adicción a las redes sociales y Habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Politécnico Huáscar de Puno, 2019”. El objetivo principal fue determinar las redes sociales y las habilidades sociales. La investigación es de enfoque cuantitativo, correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta para ambas variables, aplicando dos instrumentos; la escala de adicción a las redes sociales y la escala de habilidades sociales. la población de estudio fue de 130 adolescentes. Concluyendo que el 10.8% tiene una adicción alta en redes sociales y un promedio bajo en habilidades sociales, el 24.6% de la población total presenta promedio bajo en habilidades



sociales, el 39.2% presenta adicción media en cuanto a la adicción a las redes sociales.

## **2.2. MARCOTEÓRICO**

### **2.2.1. Redes sociales**

Las redes sociales son plataformas en línea que permiten a las personas conectarse, interactuar y compartir contenido con otros usuarios a través de internet. A continuación, presentamos a algunos autores que hacen mención referidos al tema.

La adicción se refiere a una dependencia anormal y perjudicial hacia las redes sociales y las nuevas tecnologías, especialmente en niños y adolescentes. Genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses (Echeburúa, 2006). De hecho, existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos (como las compras, el juego de apuestas o el sexo) que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas, a nivel familiar, escolar, social o de salud.

La adicción a una red social es la compulsión por estar siempre conectado en la plataforma social e implica ser un coleccionista de amigos y dedicar mucho tiempo a la decoración del muro o perfil. En este sentido se han visto casos de personas que están más de 18 horas conectadas y al pendiente de su red social y que la adicción a internet suele afectar a las personas que psicológicamente o por la edad son más vulnerables (Margarita & Gavilanes, 2015).



Hablar de adicción en estos casos puede resultar chocante y es objeto de controversia. Sin embargo, y por mucho que la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías no sea equivalente al grave problema de la adicción a las drogas y al alcohol, parece haber numerosos aspectos en común (Quant & Sánchez, 2012).

### **2.2.2. Facebook**

Facebook es una plataforma muy popular que nos permite interactuar con las demás personas, y permite a los usuarios crear perfiles personales, compartir contenido como fotos, videos, y conectarse con amigos, familiares y otros usuarios. Algunos autores también la definen de la siguiente manera:

Facebook es un sitio web de redes sociales creado por Mark Zuckerberg y fundado por Eduardo Saverin, Chris Hughes, Dustin Moskovitz y Mark Zuckerberg. Originalmente era un sitio para estudiantes de la Universidad de Harvard, pero decidieron abrirlo a cualquier persona que tenga una cuenta de correo electrónico. Los usuarios pueden participar en una o más redes sociales, en relación con su situación académica, su lugar de trabajo o ubicación (Castro & Suazo, 2012).

Facebook es una plataforma en línea diseñado para vincular a las personas, ofreciendo a los usuarios la posibilidad de crear un perfil personal en el que pueden compartir imágenes, videos, noticias y otros contenidos con amigos y familiares, así como detalles privados como su fecha de nacimiento y lugar de residencia. Esta red se enfoca principalmente en la interacción entre sus miembros. Es la plataforma social más popular a nivel global, con más de 2.300 millones de usuarios activos, de los cuales 1.500 millones acceden diariamente, según la información oficial de la plataforma (Sánchez & López, 2019).



Las organizaciones encuentran en Facebook una herramienta de visibilidad, participación, interacción y escucha activa. Además de crear perfiles institucionales/corporativos, las organizaciones pueden aprovechar también las posibilidades que les ofrece Facebook para crear perfiles relacionados con las unidades específicas de la organización como el área comercial (como por ejemplo de marcas, productos o servicios), el área de recursos humanos, el área de prensa, área de RSE y otros aspectos de la propia actividad de la organización. Su carácter colaborativo y multidireccional ofrece a las organizaciones nuevas posibilidades de establecer relaciones fluidas y equilibradas con los públicos (Zeler, 2017).

#### **2.2.2.1. Frecuencia de uso**

En la actualidad Facebook se utiliza con mucha frecuencia en los jóvenes, adolescentes y adultos, ya sea por trabajo o académico, esta plataforma tiene ventajas y desventajas. Algunos autores mencionan lo siguiente.

Actualmente, el uso de plataformas sociales ya no es solo una preferencia o una forma de entretenimiento, sino que se ha transformado en una herramienta esencial para las personas. A través de estas redes, los adolescentes comparten sus emociones, adquieren datos relevantes para desarrollar sus proyectos, establecen relaciones laborales y, además, pueden mantenerse en contacto con familiares que viven en otras naciones (Castro & Suazo, 2012).

Esta red social como herramienta educativa es mucho más atractiva, entretenida y rápida, es fácil pensar en Facebook, una de las



ventajas al usar esta plataforma es el espacio de interacción, el ambiente es muy adaptable a comentar y compartir, ofrece una comodidad y colaboración. Puede intercambiar contenidos, descargar y publicar contenidos relacionados al ámbito escolar (Ajcot, 2022).

#### **2.2.2.2. Seguir una marca**

Los seguidores de una marca en las redes sociales constituyen una forma de comunidad virtual de marca, ya que se trata de un grupo de individuos con intereses comunes en una marca y que se comunican entre ellos electrónicamente.

#### **2.2.2.3. Compartir**

Si una empresa quiere conseguir difusión para su post, debe publicar contenidos de entretenimiento e informativos que inciten a compartir el post. Uno de los grandes beneficios de Facebook es su capacidad de segmentación. Cuando compartimos un mensaje deberemos considerar el contenido, pero más importante aún, el interés de la audiencia por el mismo. Los mensajes compartidos tendrán mayor impacto cuando sean emitidos a personas susceptibles de tener influencia sobre los mismos (Lavilla, 2017).

#### **2.2.3. Tik tok**

La siguiente información es extraída de la web de la página “Xacata Basics” en donde afirma que Tik Tok es:

Hablamos de una Red Social asiática, basada en compartir videos musicales, y que está consiguiendo unos increíbles resultados en los últimos



meses. Tik Tok permite crear, editar y subir video selfies musicales de 15, 30 y 60 segundos, pudiendo aplicarles varios efectos y añadirles un fondo musical. También tiene algunas funciones de Inteligencia Artificial, e incluye llamativos efectos especiales, filtros, y características de realidad aumentada. Todo ello se ofrece de una forma sencilla, y con opciones de edición fáciles de utilizar para que todos puedan hacer vídeos divertidos sin tener grandes conocimientos de edición. Además, la aplicación incluye otras funciones como la posibilidad de enviar mensajes, votaciones, listas de amigos y por supuesto un sistema de seguidores y seguidos (Fernández, 2023).

Esta aplicación permite utilizar música, insertar texto, grabar videos entretenidos, jugar con la composición y los efectos de cámara y ofrece la posibilidad de que los espectadores puedan grabar sus reacciones ante los videos (Cuenca et al., 2019).

Para los niños y jóvenes, usar tik tok es una mezcla de entretenimiento, querer ser conocidos y tener fans, realizar retos y poder comparar las creaciones propias con las de los demás, estar en contacto con sus amigos/as y pertenecer y desenvolverse dentro de una cibercomunidad (Cuenca et al., 2019).

En la actualidad Tik Tok ya no solo es un lugar de ocio, también existe contenido interesante que sirve para aprender de muchos temas, incluso, muchos políticos lo han usado para sus campañas políticas, dándose a conocer de manera exponencial. Pero también es necesario conocer las ventajas y desventajas de esta red social, según (Quiroz, 2020).



### **2.2.3.1. Funciones**

Tiene funciones tales como: Grabar videos, comentarios, notificaciones, favoritos. La aplicación tiene una pantalla principal donde vas viendo los vídeos populares o de gente a la que sigues, pudiendo deslizar hacia arriba o hacia abajo para pasar de vídeos. También hay una página de exploración en la que puedes buscar clips y usuarios, o navegar entre hashtags que te pueden interesar. Cuando ves un vídeo, este se muestra en pantalla completa, con una serie de iconos a la derecha con los que puedes seguir al usuario, dar like, comentar o compartir el clip (Fernández, 2023).

A la hora de editar el vídeo, puedes ir seleccionando tomas o fases en las que añadir otro tipo de efectos por tu cuenta. Tienes por ejemplo una serie de filtros del estilo a los de Instagram, así como diferentes tipos de efectos para manipular los vídeos. El editor te irá marcando con diferentes colores las diferentes zonas en las que hayas editado el vídeo (Fernández, 2023).

### **2.2.4. WhatsApp**

Es una aplicación que permite enviar y recibir mensajes instantáneos a través de un teléfono móvil (celular). El servicio no solo posibilita el intercambio de textos, sino también de audios, videos y fotografías, además de la realización de llamadas (Rodríguez, 2020).



### 2.2.5. Procrastinación

La procrastinación académica es la postergación o aplazamiento de las tareas o actividades, en donde los estudiantes tienen el hábito de procrastinar. Algunos autores mencionan lo siguiente:

Fulano et al. (2018) mencionan que el concepto de procrastinación académica es entendido como la tendencia voluntaria a aplazar las tareas académicas con las que se debe cumplir; es decir, el estudiantado procrastinador es quien conscientemente posterga el realizar sus tareas académicas, incluso al estar consciente de las posibles consecuencias de no ejecutarlas en ese momento. Entonces, no es quien olvida hacer las tareas, sino quien tiene falta de autocontrol e ineficaz manejo del tiempo.

Guzmán (2013) refiere que la procrastinación se debe a problemas de autorregulación y deficiente planeación del tiempo; por lo tanto, el sujeto que posterga las actividades adopta conductas de evitación. Es decir, al procrastinar se realizan tareas distintas a la principal, aunque la persona sabe qué debe hacer y esto produce resultados negativos.

Steel et al. (2001) argumentan que algunos sujetos intentan eludir una situación o trabajo escolar, en lugar de tratar activamente de lidiar con ella. A esta conducta se le ha llamado procrastinación porque representa un aplazamiento de la tarea o un retraso voluntario, a pesar que el sujeto comprende que su comportamiento traerá resultados negativos.

Existe dos tipos diferentes de procrastinadores: pasivos y activos. Los procrastinadores pasivos son procrastinadores en el sentido tradicional. Desde el punto de vista cognitivo, los procrastinadores pasivos no tienen intención de



procrastinar, pero a menudo acaban posponiendo tareas debido a su incapacidad para tomar decisiones rápidamente y, por tanto, para actuar con rapidez. Por el contrario, los procrastinadores activos son capaces de tomar decisiones a tiempo. Sin embargo, suspenden sus acciones deliberadamente y centran su atención en otras tareas importantes. Por lo tanto, los procrastinadores pasivos difieren de los procrastinadores activos en las dimensiones cognitiva, afectiva y conductual (Hsin & Nam, 2005).

### **2.2.6. Autorregulación académica**

La autorregulación académica se define como “el control que el sujeto realiza sobre sus pensamientos, acciones, emociones y motivación a través de estrategias personales para alcanzar los objetivos que ha establecido”. Para estos autores, “todas las teorías coinciden en que la autorregulación es una capacidad compuesta de diferentes procesos (ej. monitorización, establecimiento de metas, etc.), ciclo que se retroalimenta a partir de la experiencia y la activación de las estrategias de aprendizaje (Puya et al., 2021).

La autorregulación académica se entiende como la acción reguladora que una persona ejerce en los distintos momentos de su proceso de aprendizaje. Para que esta acción reguladora sea posible es necesario primero el conocimiento de eso que hacemos y conocemos, conocimiento al que accedemos por medio de la metacognición. Un alumno difícilmente será autorregulado académicamente si no posee conocimiento sobre sí mismo, sus emociones y sus estrategias de aprendizaje (García, 2012).

Existe dos tipos diferentes de procrastinadores: pasivos y activos. Los procrastinadores pasivos son procrastinadores en el sentido tradicional. Desde el



punto de vista cognitivo, los procrastinadores pasivos no tienen intención de procrastinar, pero a menudo acaban posponiendo tareas debido a su incapacidad para tomar decisiones rápidamente y, por tanto, para actuar con rapidez. Por el contrario, los procrastinadores activos son capaces de tomar decisiones a tiempo. Sin embargo, suspenden sus acciones deliberadamente y centran su atención en otras tareas importantes. Por lo tanto, los procrastinadores pasivos difieren de los procrastinadores activos en las dimensiones cognitiva, afectiva y conductual (Hsin & Nam, 2005).

### **2.2.7. Postergar actividad**

Hace referencia a la acción de aplazar las tareas y actividades para el último momento. Sobre todo, cuando se trata de cursos o asignatura que no son del completo gusto del educando (Vásquez, 2019).

## CAPÍTULO III

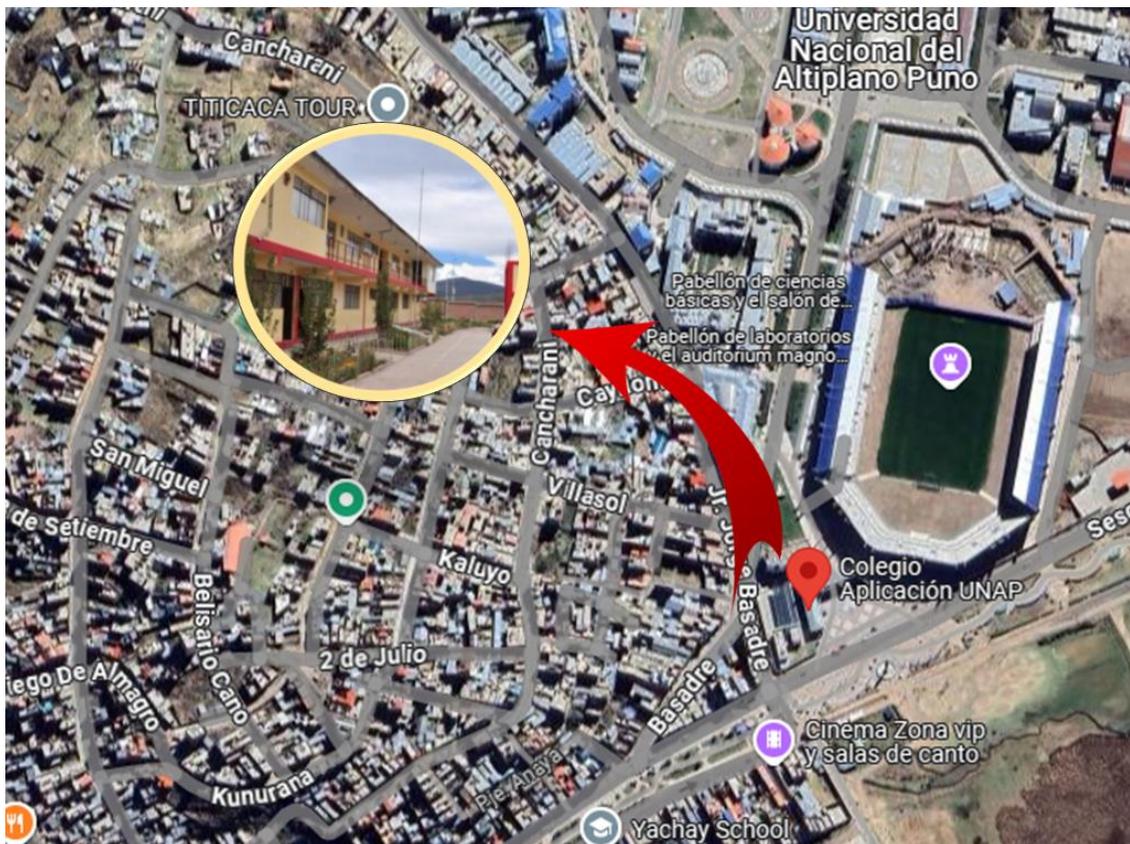
### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La investigación se llevó a cabo en la región de Puno, provincia de Puno, distrito de Puno, precisamente en la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno ubicado en el Jr. Jorge Basadre. Esta institución, vinculada a la “Universidad Nacional del Altiplano” (UNA Puno), se encuentra inmersa en un contexto culturalmente rico y diverso.

**Figura 1**

*Ubicación geográfica del estudio*



Nota: La imagen muestra la ubicación de la IES, José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno. Fuente: Google Maps, 2024.



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

La investigación se desarrolló desde la aprobación del proyecto de investigación en la Plataforma de Investigación Universitaria Integrada a la Labor Académica con Responsabilidad (PILAR), en el año 2022, hasta la culminación de la investigación durante el año 2023.

### **3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL DE ESTUDIO**

#### **3.3.1. Técnicas de recolección de datos**

##### *Encuesta*

Para el recojo de datos se utilizó la técnica de la encuesta, según, (Medina et al. 2023) la encuesta es una técnica de investigación diseñada para recolectar datos de un amplio grupo de personas, es una herramienta práctica y flexible que facilita a los investigadores acceder a información sobre los comportamientos, las actitudes, las opiniones y las características demográficas de una población específica.

#### **3.3.2. Instrumento de recolección de datos**

##### *Cuestionario*

Este instrumento se compone de un conjunto de preguntas cuidadosamente organizadas, estructuradas y diseñadas de manera específica para evaluar o medir una o más variables establecidas en la investigación, respondiendo directamente al planteamiento del problema y a las hipótesis propuestas (Cisneros et al., 2022).

### 3.3.3. Validez y confiabilidad de los instrumentos

Para la validación de los instrumentos utilizados ambos instrumentos fueron sometidos a un proceso de validación por juicio de expertos, que son adjuntados en el Anexo 6, con el fin de garantizar su validez y adecuación para el contexto de la investigación. Para la confiabilidad del instrumento de medición se realizó la prueba de Alfa de Cronbach, mediante el software estadístico de IBM SPSS V.26.

**Tabla 1**

*Prueba de confiabilidad del cuestionario de adicción a redes sociales*

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,930	24

Nota: Prueba de confiabilidad realizado en IBM SPSS versión 26.

Se llevó a cabo la evaluación de confiabilidad del cuestionario compuesto por 24 ítems mediante la prueba de Alfa de Cronbach, arrojando un resultado de 0.93, muy cercano a 1. Este valor indica que el instrumento utilizado para recopilar datos sobre la adicción a las redes sociales es altamente confiable.

**Tabla 2**

*Prueba de confiabilidad del cuestionario de procrastinación académica*

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,820	22

Nota: Prueba de confiabilidad realizado en IBM SPSS versión 26.



Se realizó la evaluación de la confiabilidad del cuestionario compuesto por 22 ítems utilizando la prueba de Alfa de Cronbach, y se obtuvo un resultado de 0.82, cercano a 1. Esto indica que el instrumento utilizado para recopilar datos sobre la variable de procrastinación académica posee una alta fiabilidad.

### 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO

#### 3.4.1. Población

La población de estudio estuvo conformada por 320 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariátegui-Aplicación UNA PUNO-2022 Sampieri (2019) indica que la población es un grupo o totalidad de individuos de un determinado lugar donde el número total de universitarios sujetos o elementos a estudiar tienen características comunes.

**Tabla 3**

*Población estudiantil de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno*

<b>Grado</b>	<b>Sección</b>	<b>Número de estudiantes</b>
1ro	A	32
1ro	B	32
1ro	C	32
2do	A	23
2do	B	26
2do	C	24
3ro	A	28
3ro	B	28
4to	A	30
4to	B	30
5to	A	17



Grado	Sección	Número de estudiantes
5to	B	18
<b>TOTAL</b>		<b>320</b>

Nota: Registro de matriculados en la IES José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno, 2022.

### 3.4.2. Muestra

La muestra es no probabilística por preferencia del investigador, considerando 151 estudiantes. Este tipo de investigación tiene como objetivo producir información y teorías que servirán como base para investigaciones más enfocadas (Sampieri, 2019).

#### Tabla 4

*Estudiantes por secciones del ciclo VII de la IES José Carlos Mariátegui*

*Aplicación UNA Puno*

Grado	Sección	Número de estudiantes
3°	A	28
3°	B	28
4°	A	30
4°	B	30
5°	A	17
5°	B	18
<b>TOTAL</b>		<b>151</b>

Nota: Registro de matriculados en la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA PUNO-2022



## **3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO**

### **3.5.1. Enfoque de investigación**

La investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, ya que busca medir y analizar de manera numérica la relación entre las variables estudiadas, la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. (Sampieri, 2019) menciona que, a través de este enfoque, se permite la recolección de datos numéricos que facilitan la identificación de patrones y la descripción de fenómenos, permitiendo, además, la comprobación de hipótesis y la obtención de resultados estadísticamente verificables.

### **3.5.2. Tipo de investigación**

Básico de nivel correlacional, orientado a analizar la relación entre dos variables sin intervención experimental (Sampieri, 2019). El presente estudio buscó conocer el grado de adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes, así como determinar la correlación entre ambas variables, sin manipularlas.

### **3.5.3. Diseño de investigación**

No experimental y de corte transversal, Sampieri et al. (2014) indican que, al ser un estudio no experimental, no se interviene ni se manipulan las variables. El corte transversal implica que los datos fueron recolectados en un solo momento o periodo de tiempo, permitiendo una visión estática de las variables investigadas en un momento específico.

### 3.6. PROCEDIMIENTO

El procedimiento de la investigación siguió una secuencia estructurada, iniciando con la definición del problema y la elaboración del marco teórico que sustentó el estudio. Posteriormente, se diseñaron los instrumentos de recolección de datos, específicamente un cuestionario aplicado a los estudiantes de la institución seleccionada. Los datos recopilados fueron tabulados y analizados mediante el uso de herramientas tecnológicas como Microsoft Excel y el software estadístico IBM SPSS versión 26. Finalmente, se interpretaron los resultados, estableciendo correlaciones entre las variables estudiadas y elaborando las conclusiones y recomendaciones pertinentes. Este proceso se llevó a cabo asegurando el rigor metodológico y la adherencia a principios éticos de la investigación.

### 3.7. VARIABLES

**Tabla 5**

*Operacionalización de variables*

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de Medición</b>
<b>1. Adicción a las redes sociales</b>	1.1. Facebook	- Publicar videos y fotos - Transmitir en vivo - Interactuar con otras personas - Ver videos en el Reels	- Siempre (S) - Casi siempre (CS) - A veces (AV) - Casi nunca (CN) - Nunca (N)
	1.2. Tik tok	- Subir contenidos (videos, fotos) - Crear lives y realizar dúos - Comentar en las publicaciones - Tener más seguidores	
	1.3. WhatsApp	- Crear grupos - Videollamadas - Subir estados	



Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
		- Chatear constantemente	
<b>2. Procrastinación</b>	2.1. Autorregulación académica	- Prepararse anticipadamente para el examen - Mejorar constantemente los hábitos de estudio	- Siempre (S) - Casi siempre (CS) - A veces (AV) - Casi nunca (CN)
	2.2. Postergación académica	- Postergar mis trabajos a última hora - Prepararse para el examen de última hora	- Nunca (N)

Nota: Elaboración propia del investigador.

### 3.8. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Siguiendo la metodología y el diseño de investigación establecidos, una vez que se obtuvo la información, se emplearon los programas IBM SPSS V.26 y Microsoft Excel para realizar el análisis estadístico. El proceso incluyó los siguientes pasos:

- Recolección de los datos utilizando las técnicas e instrumentos de investigación previamente definidos.
- Organización y análisis de los datos con el software IBM SPSS versión 26.
- Aplicación de la prueba de confiabilidad mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach.
- Realización de pruebas de normalidad para determinar el tipo de prueba adecuado de correlación para el estudio.
- Creación de tablas estadísticas para una mejor visualización de los resultados.
- Interpretación de los datos a partir de los resultados obtenidos.



La prueba estadística empleada para la presente investigación fue el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, aplicando la estadística no paramétrica.

**Tabla 6**

*Grado de relación según coeficiente de correlación de Rho de Spearman*

<b>RANGO</b>	<b>RELACIÓN</b>
<b>-0.91 a -1.00</b>	Correlación negativa perfecta
<b>-0.76 a -0.90</b>	Correlación negativa muy fuerte
<b>-0.51 a -0.75</b>	Correlación negativa considerable
<b>-0.11 a -0.50</b>	Correlación negativa media
<b>-0.01 a -0.10</b>	Correlación negativa débil
<b>0.00</b>	No existe correlación
<b>+0.01 a +0.10</b>	Correlación positiva débil
<b>+0.11 a +0.50</b>	Correlación positiva media
<b>+0.51 a +0.75</b>	Correlación positiva considerable
<b>+0.75 a +0.90</b>	Correlación positiva muy fuerte
<b>+0.91 a +1.00</b>	Correlación positiva perfecta

Nota: Intervalo de correlación de Rho de Spearman.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos a través de las técnicas utilizadas que se han aplicado a los estudiantes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno en 2022. Los datos fueron analizados de acuerdo con el enfoque, tipo y diseño de investigación planteadas. Los resultados servirán como base para el desarrollo de estrategias educativas que ayuden a reducir la procrastinación y a promover un uso más responsable de las redes sociales entre los estudiantes, beneficiando tanto a la comunidad educativa como a la sociedad en general, además, estos hallazgos ofrecerán información valiosa para la toma de decisiones en el ámbito educativo, de esta manera, crear un ambiente sano y responsable.

#### 4.2. ANÁLISIS DESCRIPTIVO

##### 4.2.1. Adicción a las Redes Sociales

**Tabla 7**

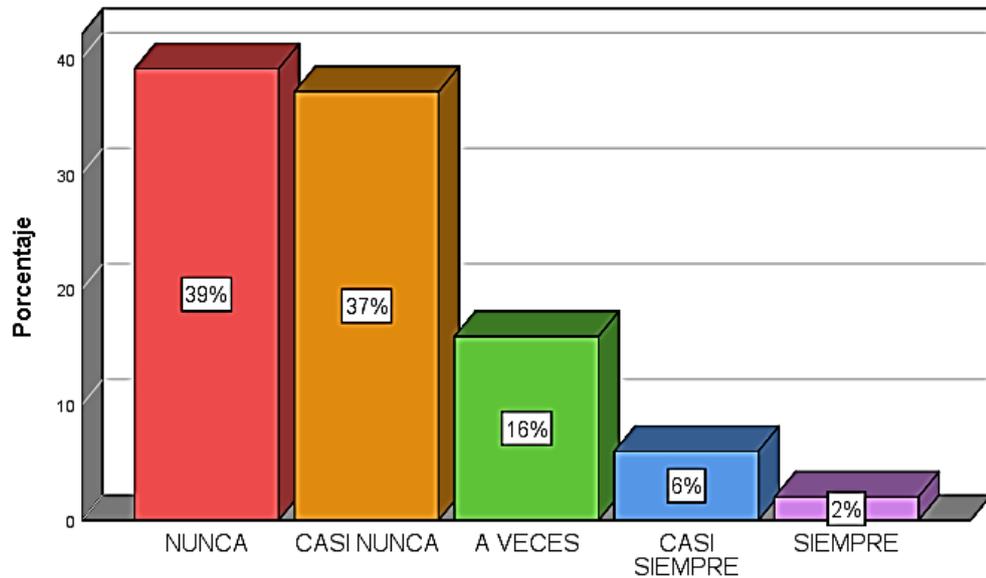
*Dimensión Facebook*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	59	39%
	<b>Casi nunca</b>	56	37%
	<b>A veces</b>	24	16%
	<b>Casi siempre</b>	9	6%
	<b>Siempre</b>	3	2%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno, 2023.

**Figura 2**

*Facebook*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 7.

Los resultados indican que la mayoría de los encuestados no utiliza Facebook con frecuencia, ya que el 76% de las respuestas se agrupan en las categorías de "Nunca" y "Casi nunca". Mientras que el 22% de las respuestas se agrupan en las categorías de a veces y casi siempre finalmente solo un 2% indica que siempre utiliza el Facebook que de acuerdo a (Ajcot, 2022), el Facebook es una herramienta educativa más atractiva, rápida y entretenida que posee ventajas como un espacio de interacción, donde se puede intercambiar contenidos y publicar contenido relacionado al ámbito escolar.

**Tabla 8**

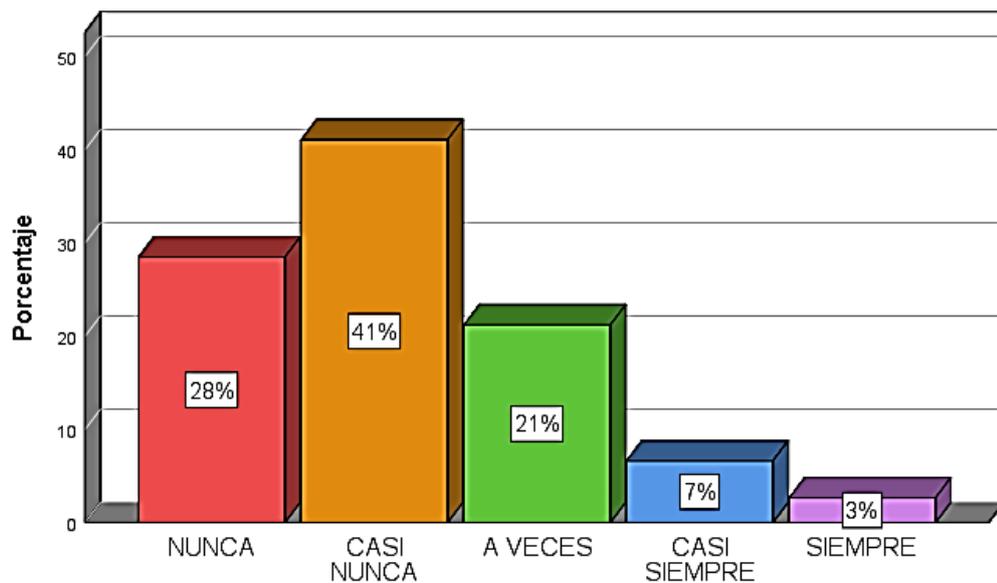
*Dimensión Tik tok*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	43	28%
	<b>Casi nunca</b>	62	41%
	<b>A veces</b>	32	21%
	<b>Casi siempre</b>	10	7%
	<b>Siempre</b>	4	3%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno (2023).

**Figura 3**

*Tik tok*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 8.

Los resultados sobre el uso de TikTok revelan que el 28% nunca utiliza la aplicación y el 41% casi nunca. Esto indica que una gran parte de los encuestados no está familiarizada con TikTok. Por otro lado, el 21% la usa a veces, lo que sugiere un interés moderado. Solo el 7% afirma usarla casi siempre y el 3%

siempre. En resumen, la mayoría de los estudiantes no son usuarios frecuentes de TikTok, de acuerdo a Quiroz (2020), quien señala que actualmente el Tik Tok ya no solo es un lugar de entretenimiento, si no por el contrario es un lugar donde se puede compartir contenido importante de temas académicos, políticos y otros.

**Tabla 9**

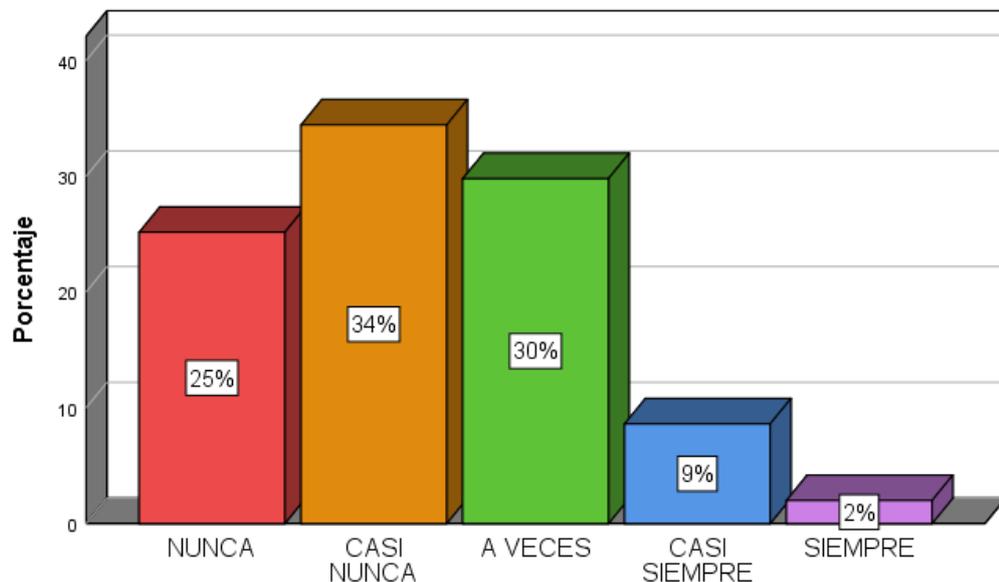
*Dimensión WhatsApp*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	38	25%
	<b>Casi nunca</b>	52	34%
	<b>A veces</b>	45	30%
	<b>Casi siempre</b>	13	9%
	<b>Siempre</b>	3	2%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno” (2023).

**Figura 4**

*WhatsApp*





Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 9.

Los resultados sobre el uso frecuente de WhatsApp muestran que el 25% de los encuestados nunca utiliza la aplicación, mientras que el 34% indica que casi nunca utiliza esta red social. Esto indica que una parte significativa de los usuarios no está activa en WhatsApp. En cuanto al uso ocasional, el 30% afirma usarla a veces, lo que sugiere un interés moderado en la plataforma. Solo el 9% menciona que la utiliza casi siempre, y un 2% indica que siempre la usa. En resumen, la mayoría de los encuestados no son usuarios frecuentes de WhatsApp, lo que podría reflejar como un uso limitado de la aplicación. Los resultados indican que la mayoría de los encuestados no se considera usuario frecuente de WhatsApp, lo que puede estar relacionado con factores tanto individuales como sociales. El uso limitado de esta aplicación podría estar influenciado por las percepciones personales sobre el valor y el impacto del uso de las redes sociales en sus vidas, un aspecto que ha sido ampliamente discutido en el marco de las teorías sobre el bienestar digital y la autorregulación del uso tecnológico (Puya et al., 2021).

**Tabla 10**

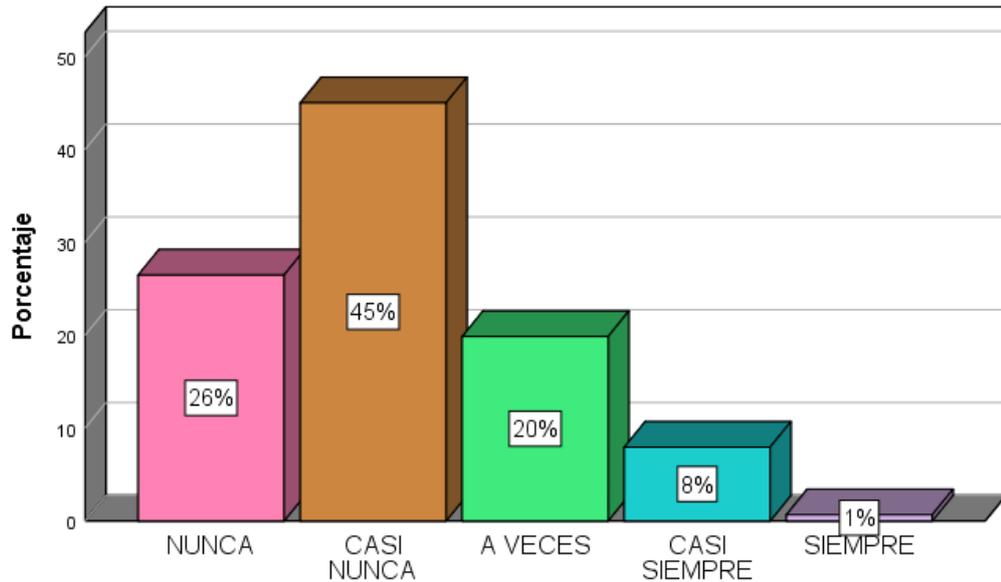
*Primera variable adicción a redes sociales*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	40	26%
	<b>Casi nunca</b>	68	45%
	<b>A veces</b>	30	20%
	<b>Casi siempre</b>	12	8%
	<b>Siempre</b>	1	1%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno” (2023).

**Figura 5**

*Primera variable adicción a redes sociales*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 10.

Los resultados respecto a la adicción a las redes sociales, específicamente Facebook, TikTok y WhatsApp, de los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui, muestran una tendencia interesante en el uso de estas plataformas. Un 26% de los estudiantes indica que nunca utiliza estas redes sociales, lo que sugiere que una parte significativa de la población estudiantil no se siente atraída por ellas o prefiere otras actividades. Un 45% afirma que casi nunca las utiliza. Esto podría reflejar un uso muy limitado, posiblemente por falta de interés o por priorizar otras formas de comunicación. El 20% de los encuestados utiliza las redes sociales a veces, lo que indica un uso ocasional y posiblemente motivado por necesidades específicas, como la comunicación con amigos o la búsqueda de información. Solo un 8% menciona que las utiliza casi siempre, lo que sugiere que un pequeño

grupo de estudiantes tiene un uso más regular de estas plataformas. Finalmente, el 1% indica que siempre utiliza las redes sociales, lo que podría señalar una posible adicción o dependencia hacia estas aplicaciones, por lo tanto, la mayoría de los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui no son usuarios frecuentes de redes sociales, con un 71% que nunca o casi nunca las utiliza. Esto podría reflejar una tendencia hacia un uso más moderado de la tecnología entre los jóvenes, lo que podría tener implicaciones positivas para su bienestar y rendimiento académico. De acuerdo a Echeburúa (2006) quien indagó: “la adicción es una afición patológica adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes” donde se indica que las redes sociales generan dependencia y restan libertad a los seres humanos.

#### 4.2.2. Procrastinación

**Tabla 11**

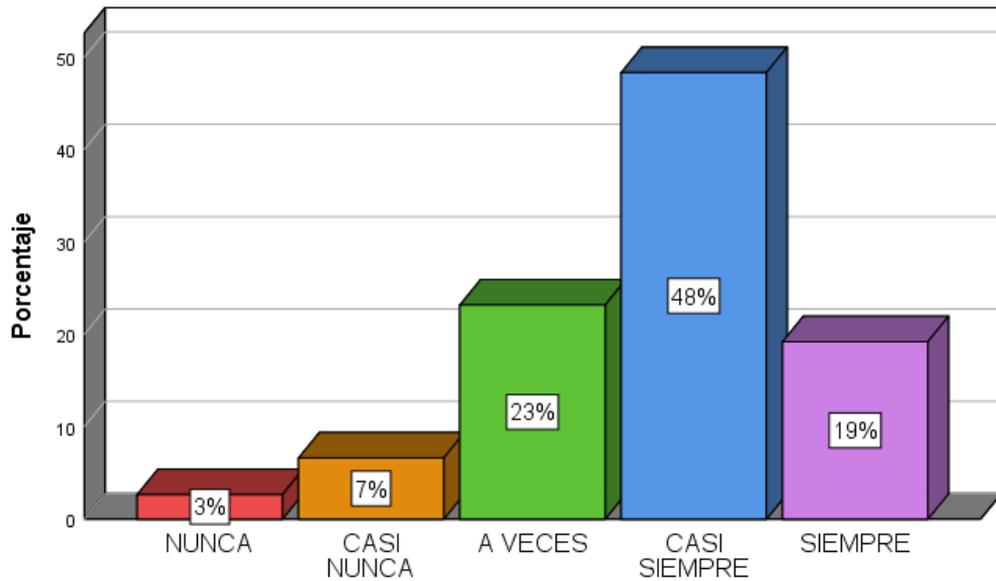
*Dimensión autorregulación académica*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	4	3%
	<b>Casi nunca</b>	10	7%
	<b>A veces</b>	35	23%
	<b>Casi siempre</b>	73	48%
	<b>Siempre</b>	29	19%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno” (2023).

**Figura 6**

*Autorregulación académica*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 11.

Los resultados sobre la autorregulación académica de los estudiantes indican que solo un 3% nunca se autorregula, un 7% casi nunca lo hace, mientras que un 23% se autorregula a veces. Un 48% indica que casi siempre se autorregula y un 19% afirma que siempre lo hace. En conjunto, un 71% de los estudiantes demuestra un buen nivel de autorregulación académica, lo que refleja un compromiso positivo con su aprendizaje. Según (García, 2012). La autorregulación académica refiere a la capacidad de un individuo para gestionar y supervisar su propio aprendizaje a lo largo de diversas fases del proceso educativo. Para que esta gestión sea viable, la persona tiene que tener un entendimiento claro de sus acciones y conocimientos, acceso que se obtiene mediante la Metacognición. Un estudiante no podrá autorregularse en su aprendizaje de manera efectiva si no cuenta con un conocimiento adecuado sobre sí mismo, sus emociones y las técnicas de aprendizaje que emplea.

## Tabla 12

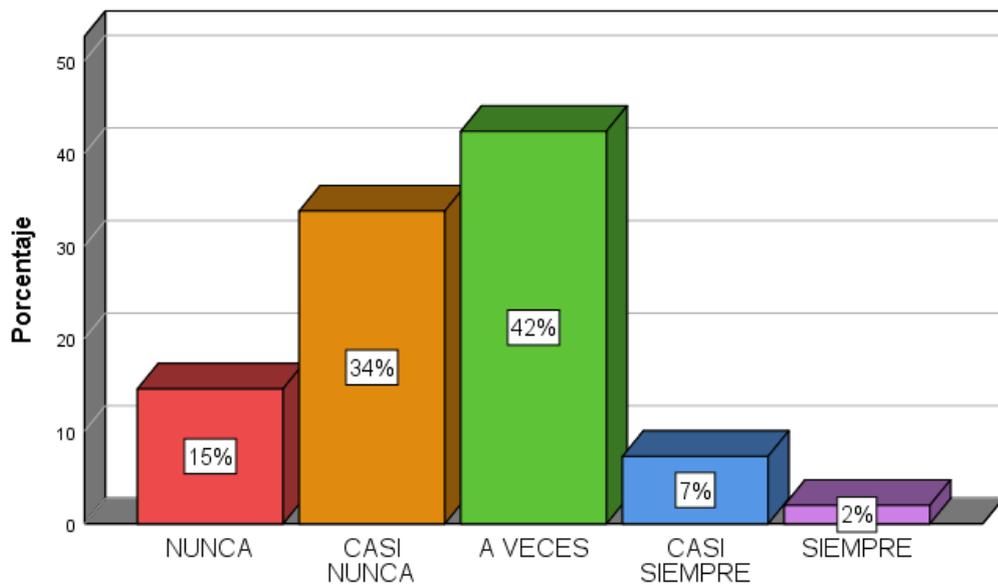
*Dimensión postergación académica*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	22	15%
	<b>Casi nunca</b>	51	34%
	<b>A veces</b>	64	42%
	<b>Casi siempre</b>	11	7%
	<b>Siempre</b>	3	2%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno” (2023).

**Figura 7**

*Postergación académica*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 12.

Los resultados sobre la postergación académica revelan que un 15% de los estudiantes nunca postergan sus actividades, lo que indica un compromiso constante con sus estudios. Un 34% casi nunca postergan, sugiriendo que la mayoría mantiene un control razonable sobre su tiempo. Sin embargo, un 42%

admite que a veces postergan, lo que puede reflejar dificultades ocasionales en la gestión del tiempo. Solo un 7% indica que casi siempre postergan, y un 2% afirma que siempre lo hacen. En conjunto, estos datos sugieren que, aunque hay una tendencia a la postergación entre algunos estudiantes, la mayoría muestra un nivel de autorregulación aceptable en sus actividades académicas, por lo que este comportamiento se asocia comúnmente con la falta de autorregulación, donde los estudiantes no gestionan de manera efectiva sus emociones, motivación y tiempo. Fulano et al. (2018) también argumentan que la procrastinación académica es producto de una tendencia voluntaria a postergar actividades a pesar de ser conscientes de la urgencia de las mismas, lo cual se relaciona.

**Tabla 13**

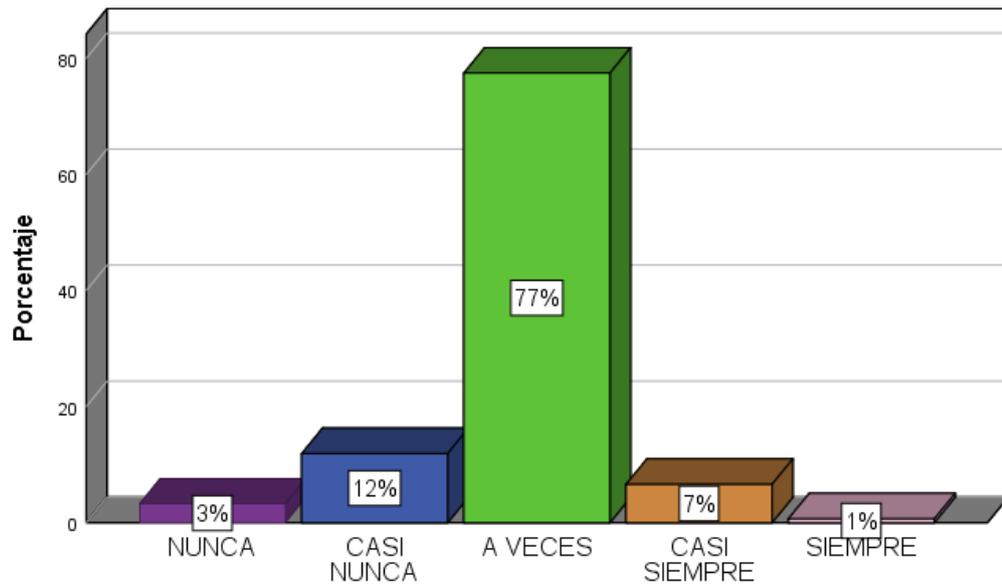
*Segunda variable procrastinación académica*

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido</b>
Válido	<b>Nunca</b>	5	3%
	<b>Casi nunca</b>	18	12%
	<b>A veces</b>	117	77%
	<b>Casi siempre</b>	10	7%
	<b>Siempre</b>	1	1%
	<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100</b>

Nota: Datos obtenidos del cuestionario aplicado a estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno” (2023).

**Figura 8**

*Procrastinación académica*



Nota: Porcentaje de resultados de la tabla 13.

Los resultados sobre la procrastinación académica, que se analizan a través de las dimensiones de autorregulación y postergación, ofrecen una perspectiva interesante sobre el comportamiento de los estudiantes. Solo un 3% de los encuestados indica que nunca procrastinan, lo que sugiere que este grupo tiene un alto nivel de autorregulación y un enfoque muy disciplinado hacia sus estudios. Un 12% casi nunca postergan sus tareas, lo que implica que poseen una buena capacidad para manejar sus responsabilidades académicas y evitar distracciones. La cifra más significativa es el 77%, que reconoce que a veces procrastina. Este alto porcentaje indica que muchos estudiantes enfrentan dificultades ocasionales para organizar su tiempo, lo que puede deberse a factores como la falta de motivación, el estrés o la sobrecarga de trabajo. Solo un 7% de los estudiantes señala que casi siempre postergan sus actividades académicas, lo que podría indicar problemas más serios con la gestión del tiempo y la autorregulación. Finalmente, un 1% afirma que siempre procrastinan, lo que sugiere una falta total de control sobre su proceso de aprendizaje y podría requerir intervención o apoyo



adicional. Según (Fulano et al., 2018), menciona que el término Procrastinación Académica se define como la inclinación consciente a retrasar las actividades académicas que se deben completar. En otras palabras, un estudiante que procrastina es aquel que decide deliberadamente posponer la realización de sus tareas escolares, a pesar de ser consciente de las consecuencias que puede acarrear no hacerlas a tiempo. Por lo tanto, no se trata de alguien que olvida sus responsabilidades, sino de una persona que presenta dificultades en el autocontrol y en la gestión del tiempo.

### 4.3. RESULTADOS INFERENCIALES

Se presentan los resultados en relación al objetivo general y los objetivos específicos. En la tabla 14 se muestra que los datos no siguen una distribución normal, por lo que la evaluación de correlación se realiza mediante el coeficiente de correlación de Rho Spearman, utilizando el software IBM SPSS versión 26.

#### 4.3.1. Prueba de normalidad

##### Hipótesis

- $H_0$ : Los datos siguen una distribución normal
- $H_a$ : Los datos no siguen una distribución normal

**Nivel de significancia:** 0.05, a un nivel de confianza del 95%.

##### Decisión

- Si el P-valor es  $< 0.05$ , se rechaza la  $H_0$  y se acepta la  $H_a$  (Los datos no siguen una distribución normal, en efecto se utiliza pruebas no paramétricas).

- Si el P-valor  $> 0.05$  se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$  (Los datos siguen una distribución normal, entonces se utiliza pruebas paramétricas).

**Tabla 14**

*Resultados de prueba de normalidad*

<b>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></b>			
	<b>Estadístico</b>	<b>gl</b>	<b>Sig.</b>
<b>Adicción a redes sociales</b>	,115	151	,000
<b>Procrastinación académica</b>	,154	151	,000

Nota: Resultados de prueba de normalidad realizada en IBM SPSS versión 26.

Después de observar los datos y como la cantidad de población es  $151 > 35$ , se considera la prueba de Kolmogorov - Smirnov, además se observa que las variables no poseen una distribución normal ya que el p-valor es  $< a (0,05)$ . En consecuencia, se toma en cuenta la prueba no paramétrica, por lo que, se aplica la prueba Rho de Spearman para determinar la correlación de las variables.

#### **4.3.2. Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes**

##### **Planteamiento de hipótesis**

- $H_0$ : No existe relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno 2022.
- $H_a$ : Existe relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno 2022.

**Nivel de significancia:** 0.05

**Prueba estadística:** Rho de Spearman

**Regla de decisión**

- Si p-valor es menor a 0.05, se rechaza  $H_0$ .
- Si p-valor es mayor a 0.05, se acepta  $H_0$ .

**Tabla 15**

*Correlación entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica*

		Adicción a redes sociales	Procrastinación académica	
Rho de Spearman	<b>Adicción a redes sociales</b>	Coeficiente de correlación	1,000	,211**
		Sig. (bilateral)	.	,009
		N	151	151
	<b>Procrastinación académica</b>	Coeficiente de correlación	,211**	1,000
		Sig. (bilateral)	,009	.
		N	151	151

Nota: Resultado de correlación entre adicción a las redes sociales y la procrastinación académica realizado en el IBM – SPSS versión 26.

La prueba revela un coeficiente de correlación de 0.211 entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, con un valor de significancia de 0.009. Dado que el p-valor de 0.009 es menor a 0.05, se rechaza  $H_0$ . El resultado revela una correlación positiva baja entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Esto implica que, existe una relación entre el aumento de la adicción a las redes sociales y el incremento en la procrastinación académica entre los estudiantes. El uso excesivo de estas plataformas contribuye a un mayor aplazamiento de tareas académicas, por lo que, la distracción que generan las redes sociales influye negativamente en la gestión del tiempo de los estudiantes.

### 4.3.3. Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica

#### Planteamiento de hipótesis

- **Ho:** No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.
- **Ha:** Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.

**Nivel de significancia:** 0.05

**Prueba estadística:** Rho de Spearman

#### Regla de decisión

- Si p-valor es menor a 0.05, se rechaza Ho.
- Si p-valor es mayor a 0.05, se acepta Ho.

#### Tabla 16

*Correlación entre adicción a redes sociales y autorregulación académica*

		Adicción a redes sociales	Autorregulación académica
Rho de Spearman	<b>Adicción a redes sociales</b>	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,260
		N	151
	<b>Autorregulación académica</b>	Coefficiente de correlación	-,092
	Sig. (bilateral)	,260	
	N	151	



Nota: Resultado de correlación entre adicción a las redes sociales y la procrastinación académica realizado en el IBM – SPSS versión 26.

La prueba revela un coeficiente de correlación de -0.092 entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica, con un valor de significancia de 0.260, dado que el p-valor de 0.260 es mayor a 0.05, se acepta  $H_0$ . Existe una relación débil y negativa entre la adicción a redes sociales y la autorregulación académica. Por lo tanto, la adicción a las redes sociales no parece afectar de manera significativa la capacidad de los estudiantes para organizar y controlar su trabajo académico.

#### **4.3.4. Análisis inferencial entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica**

##### **Planteamiento de hipótesis**

- **$H_0$ :** No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.
- **$H_a$ :** Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.

**Nivel de significancia:** 0.05

**Prueba estadística:** Rho de Spearman

##### **Regla de decisión**

- Si p-valor es menor a 0.05, se rechaza  $H_0$ .
- Si p-valor es mayor a 0.05, se acepta  $H_0$ .

**Tabla 17***Correlación entre adicción a redes sociales y postergación académica*

		Adicción a redes sociales	Postergación académica	
Rho de Spearman	<b>Adicción a redes sociales</b>	Coefficiente de correlación	1,000	,348**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	151	151
	<b>Postergación académica</b>	Coefficiente de correlación	,348**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	151	151

Nota: Resultado de correlación entre adicción a las redes sociales y la procrastinación académica realizado en el IBM – SPSS versión 26.

La prueba revela un coeficiente de correlación de 0.348 entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica, con un valor de significancia de 0.000. Dado que el p-valor de 0.000 es menor a 0.05, se rechaza  $H_0$ . El resultado muestra una correlación positiva baja entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica, por lo que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también aumenta la postergación académica entre los estudiantes. El uso excesivo de las redes sociales está asociado directamente con un mayor retraso en la realización de las tareas académicas.

#### 4.4. DISCUSIÓN

Según los resultados obtenidos de los objetivos planteados, primeramente, el objetivo general es determinar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022, se obtuvo como resultado una correlación positiva media (Rho de Spearman = 0,211) entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación



académica identificada en este estudio coincide con los hallazgos de investigaciones previas como la de Bautista et al. (2023), quienes reportaron una correlación significativa entre estas variables en estudiantes de secundaria ( $Rho = 0,429$ ). Asimismo, estudios como el de Hanco (2024) y Núñez & Cisneros (2019) refuerzan esta relación, destacando que el uso excesivo de redes sociales puede dificultar la gestión del tiempo académico, promoviendo la postergación de tareas. Sin embargo, a diferencia de investigaciones como la de Núñez & Cisneros (2019), donde la relación fue mucho más fuerte ( $r = 0,9778$ ), los resultados del presente trabajo sugieren una asociación más moderada, posiblemente influenciada por factores contextuales o diferencias metodológicas en la importancia de considerar variables intervinientes, como la autorregulación o las funciones ejecutivas, abordadas por Romero & Romero (2024).

Para el primer objetivo específico, identificar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno, los resultados mostraron una correlación negativa débil ( $Rho = -0,092$ ) entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica indica que, aunque existe una relación inversa, esta es poco significativa en el contexto estudiado. Esto contrasta parcialmente con los hallazgos de Ramírez et al. (2021), quienes destacaron que la falta de autorregulación es un factor relevante en la relación entre el uso excesivo de redes sociales y la procrastinación académica. Por otro lado, la investigación de Romero & Romero (2024) subraya que funciones ejecutivas como el control emocional y la inhibición son esenciales para la autorregulación, lo que podría moderar el impacto de la adicción a las redes sociales. Este contraste sugiere que el grado de influencia de la adicción a las redes sociales en la autorregulación puede variar según las características individuales y contextuales de la población estudiada.



Para el segundo objetivo específico, analizar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui Aplicación UNA Puno, como resultado se obtuvo una correlación positiva media (Rho de Spearman = 0,348) entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica se alinea con estudios como el de Rodas & Puma (2021), quienes hallaron que altos niveles de adicción al internet están asociados a una mayor procrastinación académica. Asimismo, los resultados son consistentes con los de Vásquez (2022), quien reportó una relación significativa entre estas variables ( $p < 0,05$ ). Sin embargo, la intensidad de la correlación hallada en el presente estudio es inferior a la reportada por Hanco (2024), donde se identificó un  $Rho = 0,716$ , lo que podría explicarse por diferencias en el contexto educativo o el nivel académico de las muestras estudiadas, lo que refuerza la necesidad de implementar estrategias educativas que limiten el uso excesivo de redes sociales y fomenten hábitos de estudio responsables, tal como se sugiere en la investigación de Bautista et al. (2023).



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** La adicción a las redes sociales tiene relación con la procrastinación académica en los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui de Aplicación UNA, Puno 2022. Según a prueba Rho de Spearman se obtuvo un coeficiente de correlación de ,211<sup>\*\*</sup>, es decir, es una relación positiva baja, por lo que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también tiende a aumentar la procrastinación académica.

**SEGUNDA:** La adicción a las redes sociales no afecta directamente en la autorregulación académica de los estudiantes. Según la prueba Rho de Spearman -,092<sup>\*\*</sup>, muestra una relación débil y negativa. Por lo tanto, se tiene una correlación inversa, lo que quiere decir, si las redes sociales tienden a aumentar la autorregulación académica tiende a bajar, es decir, que los estudiantes, mientras más utilicen las redes sociales, tienden a disminuir su rendimiento académico.

**TERCERA:** La adicción a las redes sociales se relaciona con la postergación académica en los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui de Aplicación UNA, Puno 2022. Mediante la prueba Rho de Spearman se obtuvo un coeficiente de correlación de ,348<sup>\*\*</sup> por lo que se encuentra en una relación positiva baja, esto quiere decir, que a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también tiende a aumentar la postergación académica.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** A la plana directiva de la institución educativa que puedan implementar programas educativos que sensibilicen a los estudiantes sobre los efectos negativos de la adicción a las redes sociales en la procrastinación académica. Además, se sugiere promover la creación de hábitos saludables en el uso de estas plataformas, como establecer tiempos limitados para su uso y fomentar técnicas de gestión del tiempo para minimizar el impacto en su rendimiento académico.

**SEGUNDA:** Instar a los docentes de tutoría y especialistas en psicología, ofrecer talleres prácticos sobre cómo organizar el tiempo y establecer metas claras. Además, fomentar el uso de herramientas como calendarios o aplicaciones para planificar tareas académicas puede ayudar a los estudiantes a gestionar su tiempo de manera más efectiva, sin depender de la adicción a las redes sociales.

**TERCERA:** Sensibilizar a los estudiantes para que puedan reflexionar sobre el impacto que el uso excesivo de redes sociales puede tener en su desempeño académico, además, para reducir la procrastinación, es importante establecer límites claros en el tiempo dedicado a estas plataformas, y utilizar herramientas o técnicas de gestión del tiempo que les permitan organizar mejor sus actividades, para adoptar nuevos hábitos que contribuirá a mejorar su rendimiento académico y a reducir los efectos negativos de la adicción a las redes sociales.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ajcot, M. (2022). *Uso de Facebook y WhatsApp en la actividad educativa*. Revista Guatemalteca de Cultura, 2(2), 16–24.  
<https://doi.org/10.46954/revistaguatatecultura.v2i2.22>
- Altamirano, C., & Rodriguez, M. (2021). *Procrastinación académica y su relación con la ansiedad*. Revista Eugenio Espejo, 15(3), 16–28.  
<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Bautista, Q. Y., Reyes, B. V., Araoz, E. G. E., Córdova-Rojas, L. M., & Garcia, P. P. A. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular*.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202023000300509](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202023000300509)
- Bonaparte, A. (2019). *Las técnicas en la investigación*.
- Bunge, M. (1843). *Epistemología*.
- Castro, R. Y., & Suazo, M. V. (2012). *Ventajas y desventajas que ofrecen las Redes Sociales Facebook, google, skype, twitter, a los/as jóvenes del internado Silvio Mayorga de la UNAN -León*. 2012. 73.
- Cayllahua, C., & Huanaco, M. (2021). *Factores individuales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la escuela profesional de ingeniería civil de la una puno – 2019*. In universidad nacional del altiplano.  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/unap/7104/Molleapaza\\_Mamani\\_Joel\\_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/unap/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ccopa, C., & Turpo, G. (2019). *Adición a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa Politecnico Huascar de puno-2019*.  
[https://www.google.com/search?q=Ccopa\\_Carmen\\_Turpo\\_Gilma&oq=Ccopa\\_Carmen\\_Turpo\\_Gilma&aqs=chrome..69i57.618j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=Ccopa_Carmen_Turpo_Gilma&oq=Ccopa_Carmen_Turpo_Gilma&aqs=chrome..69i57.618j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)
- Chaiña, A. (2022). *Uso de las redes sociales y su relación con la autoestima de los estudiantes de la escuela profesional de educación primaria de la universidad*



- nacional del altiplano- Puno,2020*. In Universidad Nacional de Altiplano. [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/17903/Chaiña\\_Hancco\\_Aldo\\_Javier.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/17903/Chaiña_Hancco_Aldo_Javier.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chóliz, M., & Marco, C. (2021). *Adicción a Internet y redes sociales*. Alianza Editorial.Madrid, 13(1), 221.
- Condori, H. S. M., & Aceituno, C. Y. S. (2023). *Habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/20422>
- Cuenca, E., Morales, A., & Caldevilla, D. (2019). *Tiktok Como Herramienta Innovadora En El Aula*. Aplicaciones En El Área De DII. Congreso Internacional de Innovacion Docente e Investigacion En Educacion Superior, 01(01), 09.
- Dominguez-Lara, S. A. (2016). *Valores normativos de una escala de autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima*. *Interacciones*, 2(2), 91–98.
- Echeburúa, E. (2006). *Adicción a las Redes Sociales y N uevas Tecnologias en Niños y Adolescentes*. In *ojos solares (piramides, Vol. 1999, Issue December)*.
- Echeburua, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales*. *Repositorio Benemérita Universidad Autónoma De Puebla*, 1, 1–11.
- Fulano, C., Cunha, J., Núñez, J. C., Pereira, B., & Rosário, P. (2018). *Mozambican adolescents' perspectives on the academic procrastination process*. *School Psychology International*, 39(2), 196–213. <https://doi.org/10.1177/0143034318760115>
- Garcia, M. (2012). *La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario*. *Profesorado*, 16(1), 203–221.
- Guzmán, D. (2013). *Procrastinación*. Una mirada clínica. 0–51.
- Hancco, S. L. M. (2024). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Nacional de Juliaca, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/22151>



- Hinostroza, E. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad bibliotecaria en alumnos de VI ciclo de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado del distrito de Surco, 2021*.
- Hsin, A., & Nam, J. (2005). *Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance*. *Journal of Social Psychology*, 145(3), 245–264. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). *Online social networking and addiction-A review of the psychological literature*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Lavilla, M. (2017). *La interacción entre marcas y usuarios en Facebook: comentarios, dhares, likes y clics*.
- Margarita, G., & Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes*.
- Núñez, G. R. L., & Cisneros, C. B. C. (2019). *Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios*. *Nuevas Ideas En Informática Educativa*, 15. [https://www.tise.cl/Volumen15/tise2019/tise\\_2019\\_paper\\_83.pdf](https://www.tise.cl/Volumen15/tise2019/tise_2019_paper_83.pdf)
- Paredes, G. A. M. (2019). *Adicción A Las Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes De Una Institución Educativa Del Distrito De Paiján*. *Repositorio Institucional - ucv*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/37872>
- Puya, A., Ruíz, Y., & García, M. (2021). *Autorregulación académica y aprendizaje autónomo en la enseñanza virtual de la carrera de Educación Básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena*. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*, 9(2), 33–39. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v9i2.426>
- Quant, D. M., & Sánchez, A. (2012). *Procrastinación Académica*. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45–59.
- Quiroz, N. T. (2020). *TikTok, la aplicación favorita durante el aislamiento*. *Tik Tok Influencia*, 14, e044.



- Ramírez, G. E., Cuaya-Itzcoatl, I. G., Guzmán-Pimentel, M., Rojas-Solís, J. L., Ramírez-Gil, E., Cuaya-Itzcoatl, I. G., Guzmán-Pimentel, M., & Rojas-Solís, J. L. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19*. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 8(SPE4). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>
- Reynoso, O. (2022). *Adicción a redes sociales en estudiantes de Educación Media Superior en el contexto de emergencia por COVID-19 en México*. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 8.5.2017, 16.
- Rodas, I., & Puma, W. (2021). *Adicción al internet y procrastinación académica en tiempos de la Covid 19*.
- Rodríguez, V. D. (2020). *Más allá de la mensajería instantánea: WhatsApp como una herramienta de mediación y apoyo en la enseñanza de la Bibliotecología*. Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas(42). <https://doi.org/10.34096/ics.i42.7391>
- Romero, M. C. A., & Romero, M. D. L. (2024). *Procrastinación académica, adicción a redes sociales y funciones ejecutivas: Un estudio de autorreporte en adolescentes*. Revista Panamericana de Pedagogía, 38, 110–127. <https://doi.org/10.21555/rpp.vi38.3126>
- Sampieri, H. (2019). *Metodología de la investigación*. In Sexta edición.
- Sánchez Hernández, A. M. (2010). *Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria Academic Procrastination: a problem in university life*. Studiositas, 5(2), 87–94.
- Sánchez, I., & López, V. (2019). *Análisis de la publicidad en las redes sociales*. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, 1–87.
- Steel, P., Brothen, T., & Wambach, C. (2001). *Procrastination and personality, performance, and mood*. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 95–106. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00013-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00013-1)
- Vásconez, M. Y. (2019). *Procastinación académica y la formación de la identidad en los adolescentes de la Unidad Educativa La Mana*. Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Babahoyo, Psicología Clínica.



<https://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/7176/p-utb-fcjs-psclin-000250.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vásquez, L. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2022*. In Universidad César Vallejo.

Xataka Basic. (2023). *Qué es TikTok, de dónde viene y qué ofrece la red social de videos*. Xataka. <https://www.xataka.com/basics/que-tiktok-donde-viene-que-ofrece-red-social-videos>

Zeler, I. (2017). *Facebook como instrumento de comunicación en las empresas de América Latina*. Tesis, 178.

## ANEXOS

### ANEXO 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA	POBLACIÓN
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Existe relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.</p>	<p><b>Variable I</b></p> <p>Adicción a las redes sociales Dimensiones: -Facebook -Tik Tok -Whatsapp</p>	<p><b>Enfoque</b></p> <p>Cuantitativo</p> <p><b>Tipo</b></p> <p>Descriptivo correlacional</p> <p><b>Diseño</b></p> <p>No experimental de corte transversal</p>	<p><b>Población</b></p> <p>la población está constituida por los estudiantes de la IES “José Carlos Mariátegui “Aplicación UNA Puno.</p>
<p><b>Problema específico</b></p> <p>- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022? - ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022?</p>	<p><b>Objetivo específico</b></p> <p>- Identificar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno. - Analizar si existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno.</p>	<p><b>Hipótesis específico</b></p> <p>- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022. - Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación académica en estudiantes de la IES José Carlos Mariátegui - Aplicación UNA Puno 2022.</p>	<p><b>Variable II</b></p> <p>Procrastinación académica Dimensiones: -Autorregulación académica -Postergación académica</p>	<p><b>Instrumento</b></p> <p>-Cuestionario de la adicción a las redes sociales -Escala de procrastinación académica</p>	<p><b>Muestra</b></p> <p>La investigación está conformada por 151 estudiantes de tercero, cuarto y quinto de la IES.</p>









77	3	1	3	2	1	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	4	3	5	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	2	3	2	2	4	2	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2				
78	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	2	2			
79	2	2	3	2	1	3	2	3	4	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	4	3	4	5	4	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3				
80	5	1	1	1	1	1	4	3	1	5	2	5	2	5	2	1	5	5	1	5	3	4	4	5	4	5	3	4	4	5	4	5	3	1	1	2	5	3	4	3	1	1	2	5	3	4	3	3	4	3	3	1	1			
81	3	2	2	3	1	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	4	5	3	3	3	4	5	3	3	3	3	4	5	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3				
82	4	1	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	2	3	2	1	5	4	5	4	3	4	4	3	5	2	3	4	4	3	5	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2			
83	4	3	3	2	1	3	4	5	2	3	5	2	1	2	3	4	3	3	5	4	2	4	3	3	4	5	4	3	3	4	5	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	3	5				
84	4	1	1	2	2	1	2	1	3	5	2	1	4	3	2	1	4	3	2	5	4	4	5	4	3	5	4	4	5	5	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	4	2				
85	3	2	5	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	1	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	4	3	4	3	4	3	4			
86	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	4	1	2	2	4	3	5	4	2	3	3	5	4	2	3	3	4	2	5	2	3	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2			
87	3	2	4	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3		
88	2	1	1	2	1	1	2	3	4	1	3	1	4	5	1	2	2	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
89	2	1	1	2	1	2	3	5	1	1	4	3	1	5	1	2	2	3	1	3	2	4	5	3	5	4	5	4	5	5	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	5	2		
90	3	1	1	3	1	1	3	4	3	2	3	2	3	1	3	2	3	1	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3			
91	2	1	1	3	1	2	1	3	2	1	3	4	3	2	1	1	4	2	5	3	5	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	1	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2			
92	2	3	2	2	3	2	1	3	4	3	5	4	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3			
93	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	2	1	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1		
94	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	2	2		
95	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
96	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	3	4	5	4	4	4	5	3	5	3	5	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
97	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
98	4	4	3	3	4	5	5	3	2	3	3	4	2	5	3	4	2	3	4	5	4	4	5	4	2	4	5	3	4	5	3	3	1	2	2	3	1	2	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	5	5	2	2	2	2	2	
99	3	2	2	1	1	3	2	3	2	3	2	1	1	2	3	3	2	1	2	4	3	1	5	4	3	3	5	4	3	5	4	3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	2	3	1	2	2	1	4	3	3	3	3			
100	1	2	1	2	1	1	5	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
101	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
102	3	2	3	3	1	2	3	3	5	3	1	4	1	2	3	2	4	1	3	4	4	3	5	4	4	3	5	4	3	2	3	3	5	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	
103	3	2	2	2	1	2	3	3	2	1	1	3	4	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	3	3	2	4	3	3	2	4	1	3	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	







### ANEXO 3: Constancia de ejecución de proyecto de investigación



I.E.S. "JOSE CARLOS MARIATEGUI" APLICACIÓN UNA- PUNO



"Año de la Unidad, la paz y el desarrollo"

### **CONSTANCIA DE EJECUCIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA "JOSE CARLOS MARIATEGUI" APLICACIÓN UNA- PUNO CON CODIGO MODULAR 1024033;

Otorga la constancia a la señorita:

**MIRIAN AYMITUMA CONDORI**

con DNI N° 75373849, estudiante de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, ha ejecutado el proyecto de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI" APLICACIÓN UNA PUNO, 2022", desde el 06 de diciembre hasta el 11 de diciembre del año en curso.

Se otorga la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que estime pertinentes.

Puno C.U. 12 de diciembre del 2023

  
  
Prof. Armando M. HIQUASI TITO  
DIRECTOR  
I.E.S. "J.C.M. APLICACIÓN UNA PUNO"

AMHT/Dir.  
C.c. arch.



## ANEXO 4: Solicitud de acceso a la institución

“AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO”

**SOLICITO:** Ejecución de proyecto de tesis (cuestionarios) y constancia por dicha ejecución de proyecto de investigación

**SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA “JOSE CARLOS MARIATEGUI” APLICACIÓN UNA PUNO**

UNEL PUNO I.E.S. "JOSE CARLOS MARIATEGUI" APLICACIÓN U.N.A. PUNO SECRETARIA			
04 DIC 2023			
Nº REG.	PAGA.	FOLIOS	FIRMA
838	11.47	04	<i>[Firma]</i>

Yo, MIRIAN AYMITUMA CONDORI, identificada con DNI N° 75373849, con domicilio en la AV. Floral con pje. San francisco de asís N°150, Puno estudiante de la Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Ciencias de la Educación, Escuela Profesional Educación Secundaria, Programa de Ciencias Sociales, ante usted, con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente.

Que, con el motivo de mi formación profesional en el campo de la Educación, se me dio la gran oportunidad de poder realizar una investigación en relación a su distinguida Institución, con la finalidad de poder conocer sobre aspectos resaltantes que aplica a la formación de sus estudiantes, en esta ocasión, mi persona está realizando la investigación con el siguiente tema: **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “JOSE CARLOS MARIATEGUI” – APLICACIÓN UNA PUNO 2022**; con tal motivo solicito su aceptación para poder ejecutar el proyecto de investigación, la cual consistirá en tomar un cuestionario de 46 ítems del tercer cuarto y quinto grado y así mismo aprovechar para solicitar la constancia de ejecución de proyecto de investigación de dicho proyecto de investigación, con lo cual estaré eternamente agradecido con su distinguida persona y con la institución educativa. Adjunto al presente documento el **ACTA DE APROBACION DE PROYECTO DE TESIS Y EL CUESTIONARIO A EJECUTAR.**

Por lo expuesto, agradecerle de antemano y acceder mi solicitud.

Atentamente

Mirian Aymituma Condori



## ANEXO 5: Acta de aprobación de proyecto



Universidad  
Nacional del  
Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Plataforma de Investigación  
Universitaria Integrada a la Labor  
Académica con Responsabilidad

2022-2342



### ACTA DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE TESIS

En la Ciudad Universitaria, a los 30 días del mes NOVIEMBRE del 2022 siendo horas 13:41:11. Los miembros del Jurado, declaran APROBADO POR MAYORÍA el PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE TESIS titulado:

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI - APLICACIÓN UNA PUNO 2022.**

Presentado por el(la) Bachiller:

**MIRIAN AYMITUMA CONDORI**

De la Escuela Profesional de:

**EDUCACION SECUNDARIA**

Siendo el Jurado Dictaminador, conformado por:

Presidente	: Dr. ESTANISLAO EDGAR MANCHA PINEDA
Primer Miembro	: M.Sc. LUCIO BERNARDO CONDORI PILCO
Segundo Miembro	: Mgr. ROBERTO ARELA MAMANI
Director/Asesor	: M.Sc. ROLANDO CACERES QUENTA

Para dar fe de este proceso electrónico, el Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno, mediante la Plataforma de Investigación se le asigna la presente constancia y a partir de la presente fecha queda expedito para la ejecución de su PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE TESIS.

Puno, NOVIEMBRE de 2022



Vicerrectorado de Investigación  
Telefono: 051-365054

web: <http://vriunap.pe>



## ANEXO 6: Validación de instrumentos por expertos

### VALIDACIÓN MEDIANTE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES			
APELLIDOS Y NOMBRES	CARGO, INSTITUCIÓN DONDE LABORA	NOMBRE DEL INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	AUTOR DEL INSTRUMENTO
Dr. LORENZO ARPASI VALERIO	Docente	ENCUESTA	Mirian Aymituma Condori
TÍTULO: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSE CARLOS MARIATEGUI" – APLICACIÓN UNA PUNO 2022.			

### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE (00-20%)				BAJA (21-40%)				REGULAR (41-60%)				BUENA (61-80%)				EXCELENTE (81-100%)				
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado													X								
2. OBJETIVIDAD	Está expresado con conductas observables															X						
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación																X					
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los ítems														X							
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad										X											
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados										X											
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos														X							
8. COHERENCIA	Entre hipótesis dimensiones e indicadores														X							
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos																X					
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la ciencia															X						

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: el instrumento es bueno y puede aplicarlo.			
IV. PROMEDIO DE VALORACION: el instrumento es bueno.			
12-12-23	01284783		950036674
LUGAR Y FECHA	DNI	FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE	TELÉFONO



M.Sc. Valerio Lorenzo Arpasi  
DIRECTOR DE PROYECCIÓN SOCIAL Y  
EXTENSIÓN CULTURAL UNA PUNO



VALIDACIÓN MEDIANTE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES			
APELLIDOS Y NOMBRES	CARGO, INSTITUCIÓN DONDE LABORA	NOMBRE DEL INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	AUTOR DEL INSTRUMENTO
Alanoca Gutierrez Rebeca	2170 829	ENCUESTA	Mirian Aymituma Condori
TÍTULO: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSE CARLOS MARIATEGUI" – APLICACIÓN UNA PUNO 2022.			

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE (00-20%)				BAJA (21-40%)				REGULAR (41-60%)				BUENA (61-80%)				EXCELENTE (81-100%)			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado														X						
2. OBJETIVIDAD	Está expresado con conductas observables																X				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación														X						
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los ítems													X							
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad														X						
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados														X						
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos														X						
8. COHERENCIA	Entre hipótesis dimensiones e indicadores															X					
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos														X						
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la ciencia														X						

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: aceptable para su aplicación			
IV. PROMEDIO DE VALORACION: El instrumento es bueno			
Puno, 05-12-23	43855033	 M.Sc. Rebeca Alanoca Gutierrez DOCENTE FEEDBACK PROGRAMA CIENCIAS SOCIALES	950990101
LUGAR Y FECHA	DNI	FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE	TELÉFONO



VALIDACIÓN MEDIANTE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES			
APELLIDOS Y NOMBRES	CARGO, INSTITUCIÓN DONDE LABORA	NOMBRE DEL INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	AUTOR DEL INSTRUMENTO
COPA YUCRA, NOEMI	COORDINADORA DE SADNEE	ENCUESTA	Mirian Aymituma Condori
TÍTULO: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSE CARLOS MARIATEGUI" – APLICACIÓN UNA PUNO 2022.			

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE (00-20%)				BAJA (21-40%)				REGULAR (41-60%)				BUENA (61-80%)				EXCELENTE (81-100%)			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado															X					
2. OBJETIVIDAD	Está expresado con conductas observables													X							
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación															X					
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los ítems															X					
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad															X					
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados																X				
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos															X					
8. COHERENCIA	Entre hipótesis dimensiones e indicadores																X				
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos																X				
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la ciencia																X				

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: <i>Es Pertinente para su aplicación.</i>			
IV. PROMEDIO DE VALORACION: <i>El instrumento es buena.</i>			
<i>Puno 09-12-23</i>	<i>43770987</i>		<i>920088887</i>
LUGAR Y FECHA	DNI	NOEMI COPA YUCRA INFORMANTE	TELÉFONO



## ANEXO 7: Escala de procrastinación académica (EPA)

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Adaptado por (Gonzales, 2014)

#### INSTRUCCIONES

Esta escala incluye una serie de afirmaciones diseñadas para evaluar cómo percibes y organizas tu aprendizaje. Para hacer esto, debe mostrar qué tan cierta es cada declaración dependiendo de cómo se sienta, piense o actúe la mayor parte del tiempo. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, solo nos interesa cómo te sientes normalmente, no cómo deberías o quieres ser. Utilice la siguiente clave para responder.

S	CS	AV	CN	N
Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca

Nº	Ítems Autorregulación Académica	S	CS	AV	CN	N
1	Me preparo con anticipación para una exposición			X		
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes			X		
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		X			
4	Asisto regularmente a clases	X				
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto		X			
6	Cuando un curso no me agrada, le dedico más tiempo			X		
7	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio			X		
8	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio		X			
9	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra		X			
10	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarle.			X		
11	Asisto puntualmente a clases		X			
Nº	Ítems Postergación Académica	S	CS	AV	CN	N
12	Postergo mis trabajos para la última hora		X			
13	Ante un examen, me cuesta empezar a estudiar, si la materia es complicada		X			
14	Llego tarde a las clases cuando los cursos son tediosos para mí			X		
15	Dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			X		
16	Tengo que inventar excusas para pedir un plazo extra para entregar mis trabajos			X		
17	Me lleva mucho tiempo iniciar una tarea cuando creo que es muy difícil				X	
18	Me falta tiempo para hacer mis trabajos por estar entretenido en otras actividades (internet, televisión, amistades, entre otros)			X		
19	Cuando creo que no podré terminar la tarea asignada, prefiero postergar la entrega			X		
20	Cuando un trabajo se me es difícil me da miedo pedir ayuda al maestro			X		
21	Me cuesta realizar trabajos en equipo				X	
22	No presto mucha atención en clases				X	



## ANEXO 8: Cuestionario sobre adicción a las redes sociales

### CUESTIONARIO

#### ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

##### INSTRUCCIONES

Si usted utiliza las redes sociales como: (Facebook, Tik Tok, WhatsApp), este cuestionario te ayudará a descubrir cómo piensas, sientes y actúas sobre la actividad. Recuerda que no hay una respuesta correcta o incorrecta, es importante que respondas con la mayor sinceridad posible. Para responder, marca (x) usando las siguientes alternativas

S	CS	AV	CN	N
Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca

Nº	Ítems Facebook	S	CS	AV	CN	N
1	Consideras que el uso de Facebook afecta negativamente tu productividad académica		X			
2	Me gusta hacer publicaciones con frecuencia sobre mi vida cotidiana en el Facebook				X	
3	Has perdido interés en otras actividades debido a tu adicción en el Facebook			X		
4	Me gusta Interactuar con diversas personas en el Facebook	X				
5	Me gusta transmitir en vivo sobre las actividades que realizo					X
6	Estoy al pendiente sobre las publicaciones que realizan mis amigos en el Facebook				X	
7	Estar conectado al Facebook hace que me olvide de los problemas			X		
8	Entrar y usar a Facebook me produce alivio y me relaja			X		
Nº	Ítems Tik Tok	S	CS	AV	CN	N
9	Me entretengo viendo videos en Tik Tok (series, memes, etc.)		X			
10	Me molesta cuando alguien me interrumpe durante el tiempo que estoy Tik Tok			X		
11	Me gusta crear contenidos con mucha frecuencia y tener más seguidores					X
12	Siento la necesidad de revisar constantemente el TikTok para ver nuevas publicaciones			X		
13	He intentado alejarme del Tik Tok, pero siento que no puedo			X		
14	Disfruto mucho viendo los lives de los Tiktokers			X		
15	Utilizas la plataforma TikTok como un medio e instrumento de mejora personal y académica.		X			
16	Al publicar un video en TikTok, muestras bastante interés a los comentarios, y las reacciones.				X	
Nº	Ítems WhatsApp	S	CS	AV	CN	N
17	Crees que WhatsApp te ayuda a mantener una buena comunicación con tus amigos y familiares	X				
18	Utilizas WhatsApp como una forma de buscar atención de tus amigos o familiares			X		
19	Me gusta subir videos y fotos en mi estado de Whatsapp sobre mi vida cotidiana				X	
20	Aun cuando estoy en clases siento la necesidad de conectarme WhatsApp			X		
21	Apenas despierto ya estoy conectado (a) al Whatsapp				X	
22	Me gusta realizar videollamadas para interactuar con mis contactos					X
23	Creo grupos de WhatsApp con mis amigos (a) para tener una comunicación constante		X			
24	Generalmente permanezco más tiempo en el WhatsApp, del que inicialmente había destinado			X		

## ANEXO 9: Evidencias fotográficas

### Figura 9

*Aplicación de la encuesta a los estudiantes de 4to grado*



Nota: La fotografía muestra la aplicación de la encuesta en los estudiantes del 4to grado de la IES José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno.

### Figura 10

*Aplicación del cuestionario en los estudiantes del 5to grado*



Nota: La fotografía muestra la aplicación de la encuesta en los estudiantes del 5to grado de la IES José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno.

## Figura 11

*Aplicación de la encuesta a los estudiantes del 3er grado*



Nota: La fotografía muestra la aplicación de la encuesta en los estudiantes del 3er grado de la IES José Carlos Mariátegui – Aplicación UNA Puno.



## ANEXO 10: Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo MIRIAN AYMITUMA CONDORI  
identificado con DNI 75373849 en mi condición de egresado de:

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

EDUCACIÓN SECUNDARIA, ESPECIALIDAD CIENCIAS SOCIALES

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

"ADICIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA  
EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS  
MARIATEGUI - APLICACIÓN UNA PUNO 2022."

Es un tema original.

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

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

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

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

Puno 10 de DIEMBRE del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



## ANEXO 11: Autorización para el depósito de tesis en el Repositorio Institucional



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

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

Por el presente documento, Yo MIRIAM AYMITUMA CONDORI  
identificado con DNI 75373849 en mi condición de egresado de:

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

EDUCACIÓN SECUNDARIA, ESPECIALIDAD DE CIENCIAS SOCIALES  
informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCASTIVACIÓN ACADÉMICA  
EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS  
MARIATEGUI - APLICACIÓN UNA PUNO 2022"

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

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

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

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

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

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

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

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 16 de DICIEMBRE del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella