



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN  
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

**Modalidad:** Artículo Científico

**Autora:** Buenaño Guevara, Karla Lizbeth

**Tutora:** Psc. Cl. Mg. Flores Hernández, Verónica Fernanda

**Ambato – Ecuador**

**Septiembre, 2023**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema:

**“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”** desarrollado por Buenaño Guevara Karla Lizbeth, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Septiembre del 2023

LA TUTORA

Psc. Cl. Mg. Verónica Fernanda Flores Hernández

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Los criterios emitidos en el Artículo Científico **“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos.

Ambato, Septiembre del 2023

LA AUTORA



Buenaño Guevara, Karla Lizbeth

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Yo, Psc. Cl. Mg. Verónica Fernanda Flores Hernández con C.I: 1804152849 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Septiembre 2023

.....  
Psc. Cl. Mg. Flores Hernández, Verónica  
Fernanda

C.I. 1804152849

## **CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR**

Yo, Buenaño Guevara Karla Lizbeth con C.I: 1851038974 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Septiembre 2023



.....  
Buenaño Guevara, Karla Lizbeth

C.I: 1851038974

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: **“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”** de Buenaño Guevara Karla Lizbeth, estudiante de la carrera de Psicología Clínica.

Ambato, Septiembre 2023

Parar su constancia firma

.....  
Presidente

.....  
1er Vocal

.....  
2 do Vocal

### Constancia de Aprobación

Por medio de la presente se da constancia que el artículo de investigación titulado **Procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios** de las autoras *Karla Lizbeth Buenaño Guevara* y *Verónica Fernanda Flores Hernández*, ha sido aprobado para su publicación la Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, con ISSN en línea: 2789-3855, indexada en Latindex Catálogo 2.0, LatinRev, Livre, REBID, entre otros.

El artículo ha sido evaluado y aprobado mediante el sistema de evaluación por pares de doble ciego (*double-blind peer review*), y la revisión anti plagio vía software de índice de similitud, cumpliendo con los estándares de aprobación establecidos por el Comité Editorial.

Se expide la presente constancia a los 19 días del mes de junio del año 2023.

Podrá verificarse la publicación del artículo accediendo a <https://latam.redilat.org/>



Dr. Anton P. Baron  
Editor en Jefe LATAM  
Red de Investigadores Latinoamericanos



## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto a Dios y a mis padres.

A Dios porque ha estado conmigo en cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar.

A mis padres: Rodrigo Buenaño y María Guevara, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera.

A mis hermanos gracias por haber fomentado en mí el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida.

Mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su comprensión y sus consejos en los momentos difíciles.

A todos, espero no defraudarlos y contar siempre con su valioso apoyo, sincero e incondicional.

**Karla Buenaño**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por guiarme y enseñarme que el camino para alcanzar una meta no es fácil, pero de su mano todo se puede.

A mis padres por todo el esfuerzo y apoyo brindado durante mi formación profesional, lo cual, me ha permitido alcanzar mis objetivos. A mi tutora la Psc. Cl. Mg. Fernanda Flores por ser una parte fundamental en la culminación de este proyecto.

También, agradezco a cada uno de los docentes de la carrera de Psicología Clínica, quienes, con su conocimiento y consejos, han forjado en mí la perseverancia y me han guiado durante todos estos años de estudio para completar una etapa más de formación académica, otorgándome los mejores conocimientos.

# **“PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

## **Resumen**

La investigación se enfocó en el estudio de la procrastinación académica que se define como la postergación voluntaria de tareas en el ámbito académico y la autoeficacia que es entendida como las creencias propias del individuo acerca de sus propias capacidades para ejecutar una tarea. El objetivo general fue determinar la relación entre postergación de actividades y autorregulación académica que son parte de la procrastinación y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios. El enfoque fue cuantitativo, con un diseño no experimental, de alcance descriptivo-correlacional y transversal. Se evaluó a 309 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 18 a 36 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (Eapesa) de Palenzuela (1983) en sus versiones adaptadas. Los hallazgos encontrados permitieron determinar que existe una correlación negativa entre autoeficacia y la dimensión postergación de actividades ( $p < 0.010$ ,  $Rho = -0.147$ ), por otro lado, se correlaciona positivamente con la dimensión autorregulación ( $p < 0.001$ ,  $Rho = 0.397$ ), respecto a los objetivos específicos el nivel medio es el predominante en las dos dimensiones de la procrastinación académica, postergación de actividades 47.9% y autorregulación 49.2%; respecto a la autoeficacia se encontró que la media de puntuación es de 68.8, siendo el valor mínimo 25 y máximo 100, además se encontró una diferencia estadísticamente significativa de procrastinación entre hombres y mujeres.

**PALABRAS CLAVE:** AUTOEFICACIA, AUTOCONOCIMIENTO, ESTUDIANTES, PROCRASTINACIÓN.

## **“PROCRASTINATION AND ACADEMIC SELF-EFFICACY IN UNIVERSITY STUDENTS”**

### **Abstract**

The research focused on the study of academic procrastination, which is defined as the voluntary postponement of tasks in the academic environment, and self-efficacy, which is understood as the individual's own beliefs about his or her own abilities to perform a task. The general objective was to determine the presence of a relationship between the procrastination and academic self-regulation dimensions of procrastination and academic self-efficacy in university students. The approach was quantitative, with a non-experimental design, descriptive-correlational and cross-sectional. A total of 309 students of both sexes, aged 18 to 36 years, were evaluated. The instruments used were the Academic Procrastination Scale (EPA) by Busko (1998) and the Academic Situations Specific Perceived Self-Efficacy Scale (Eapesa , Palenzuela, 1983) in their adapted versions. The findings allowed us to determine that there is a negative correlation between self-efficacy and the procrastination dimension ( $p < 0.010$ ,  $Rho = -0.147$ ), on the other hand, it correlates positively with the self-regulation dimension ( $p < 0.001$ ,  $Rho = 0.397$ ), regarding the specific objectives the medium level is the predominant in the two dimensions of academic procrastination, procrastination of activities 47.9% and self-regulation 49.2%; regarding self-efficacy it was found that the mean score is 68.8, being the minimum value 25 and maximum 100, also a statistically significant difference of procrastination between men and women was found.

**KEYWORDS:** SELF-EFFICACY, SELF-AWARENESS, STUDENTS, PROCRASTINATION.

## ***1. INTRODUCCIÓN***

La incorporación al ámbito universitario es un reto de adaptación para los adolescentes, donde experimentan una serie de cambios diferentes a los del período escolar; siendo esta una etapa demandante, con exigencias que necesitan ser cumplidas para alcanzar objetivos propuestos por el estudiante. Los universitarios al recibir mucha presión educativa y no asumir fácilmente los cambios que se les presenta, tienden a desarrollar un comportamiento de procrastinación académica como estrategia de adaptación (Burgos-Torre & Salas-Blas, 2020).

La procrastinación tiene sus orígenes desde el comienzo de la humanidad, la cual es definida como la conducta de retrasar actividades, sustituyéndolas por otras que le generen satisfacción a la persona; en el ámbito académico se caracteriza por la falta de empezar una tarea, y se acompaña de sentimientos de nerviosismo y agotamiento (García Martínez et al., 2019).

La procrastinación académica se constituye por dos dimensiones: postergación de actividades y autorregulación académica (Ramírez et al., 2020). La postergación de actividades hace referencia a la acción voluntaria de dejar inconclusas actividades académicas, sustituyéndolas por otras que generen al individuo un estado de tranquilidad, y evasión de responsabilidades educativas (Ramírez et al., 2020). Por otro lado, la autorregulación académica se refiere a un proceso personal formado por pensamientos, emociones y acciones planificadas y adaptadas que permitirán alcanzar objetivos que se han establecido (Lino et al., 2021).

Desde una perspectiva cognitiva conductual la procrastinación se explica como un comportamiento irregular en el proceso de autorregulación, manifestándose la demora en el inicio de una actividad. Existen diversas causas para esta conducta entre ellas sucede por problemas cognitivos ya que se considera las tareas con poca importancia, por la percepción de dificultad o por los recursos cognitivos o conductuales que se demandan para su realización (Moreta-Herrera & Durán-Rodríguez, 2018).

Siendo así que la procrastinación se da como resultado de una autorregulación académica insuficiente, provocando el aplazamiento de actividades pese a los efectos negativos que pueden presentarse no solo en lo académico sino en lo familiar, social, así como también en la salud mental y física ocasionando diversas problemáticas, siendo una de las más demandadas la ansiedad (Mamani Guerra & Aguilar Angeletti, 2019).

El individuo al sentirse amenazado por actividades que cree que no puede lograrlas adopta estrategias para gestionar sus emociones basada en la evitación. Por lo que, la ansiedad es un factor que aparece cuando la persona está consciente de que tiene actividades pendientes por realizar y las aplaza buscando que la sintomatología ansiosa disminuya sin darse cuenta de que a posterior el cuadro volverá aparecer por la acumulación de actividades (Altamirano & Rodríguez, 2021). La Organización Mundial de la Salud (OMS) determinó que los trastornos de ansiedad, a raíz de la pandemia de COVID-19 aumento del 25.6% en todo el mundo (OMS, 2020). La Organización Panamericana de Salud (OPS) menciona que los trastornos de ansiedad son el segundo trastorno mental más incapacitante en la mayoría de los países de la región de las Américas, siendo Brasil el país con más prevalencia con un 7,5% (OPS, 2018). Por su lado, el Ministerio de Salud Pública (MSP), en su Plan Estratégico Nacional de Salud Mental durante el período 2014 – 2017, estimó que el 20% de los adolescentes ecuatorianos fueron diagnosticados con trastorno ansioso o depresivo, que resultó tres veces más prevalente en mujeres que en hombres (MSP, 2022).

Se han realizado diversas investigaciones con la variable procrastinación en estudiantes, entre ellas se puede señalar el estudio denominado procrastinación académica y su relación con la ansiedad, integrado por un grupo de 50 participantes de Psicología Clínica de la ciudad de Ambato, en el cual se determinó la existencia de una correlación estadísticamente significativa entre las variables (Altamirano & Rodríguez, 2021).

Algo semejante se encontró en la investigación que a más de estudiar las dos variables mencionadas anteriormente, se incorpora el rendimiento académico en una muestra de 201 alumnos, donde se obtiene como resultados que la procrastinación se relaciona con

dos factores de ansiedad (falta de confianza e interferencia ), lo que incide en el rendimiento académico (Manchado Porras & Hervías Ortega, 2021).

Estudios realizados el mismo año a más de incorporar el bienestar percibido también toma en consideración el riesgo suicida en una muestra de 128, reportando que quienes procrastinan y tienen un bajo nivel de satisfacción personal pueden ser más susceptibles a la ideación y conducta suicida (Brando Garrido et al., 2021). Por otro lado, quienes tienen altos valores en regulación emocional mostraban menor conducta suicida y procrastinación académica (Gómez Romero et al., 2020).

En la investigación de Adicción a las redes sociales y procrastinación académica aplicada a 1255 estudiantes de educación básica regular, se observó una correlación alta y significativa entre las variables (Yana-Salluca et al., 2022).

Como aporte importante se relacionaron la variable calidad de sueño con procrastinación en 141 colaboradores, determinando que se relacionan significativamente la calidad de sueño y la dimensión postergación de actividades, interpretando que la postergación de actividades es mayor cuando hay peor calidad de sueño (Toapanta Viracocha & Gavilanes Manzano, 2023).

De igual manera, el estudio de procrastinación, autoeficacia y autoconcepto realizado en 386 universitarios peruanos reporta que existe relación significativa entre las variables, siendo así que el autoconcepto y autoeficacia predicen la procrastinación (Pichen-Fernandez & Turpo Chaparro, 2022).

Siguiendo la misma línea, el estudio denominado autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis determinó una relación negativa entre las variables, por lo que, quienes presentan mayor procrastinación muestran menor autoestima (Hidalgo-Fuentes et al., 2022).

Al relacionar el estrés académico con la procrastinación , en una población de 300 alumnos de educación media superior de México, destacando que el estrés académico, se relaciona de manera positiva con la postergación de actividades, y negativa con la

autorregulación; sin embargo, los resultados indican no relación al intentar relacionar ambas variables en lo general (Barraza Macías & Barraza Nevárez, 2019).

En cuanto a la variable autoeficacia ésta se explica desde los aportes de Bandura, representado un aspecto nuclear de la teoría social cognitiva quien la define como una expectativa de eficacia y de resultados, buscando así determinar la capacidad que tiene el individuo, la motivación que usa para realizar una actividad y lo que espera obtener (Rossi et al., 2020).

Esta teoría se basa en las creencias individuales relacionadas con las capacidades que dan lugar a diferentes comportamientos, siendo así que, si una persona tiene un buen sentido de su eficacia, tiende a hacer frente a situaciones difíciles, mientras que si duda de sus capacidades, desconfía de la creencia de que es capaz de hacer frente a las situaciones; por lo que, no se centra en las habilidades que posee, sino en cómo las usa en dependencia de la confianza que dispone (Girardi et al., 2018).

El estudio "Autoeficacia académica y ansiedad ante los exámenes", realizado con 310 alumnos de secundaria de Lima, halló una relación inversa altamente significativa: la ansiedad ante los exámenes disminuía a medida que aumentaba la autoeficacia académica y viceversa (Ruiz Llacta, 2022). Además, en una muestra de 239 estudiantes universitarios se encontró que no existe correlación entre la autoeficacia académica y el estrés académico (Moposita & Vásquez, 2022).

En la investigación autoeficacia académica e inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico en una muestra de 573 estudiantes universitarios, indica que la autoeficacia se relaciona significativamente con la inteligencia emocional (Delgado et al., 2019).

Por otro lado, al relacionar la autoeficacia con el rendimiento académico en una muestra de 391 estudiantes de nutrición en el Estado de Durango, México se evidencia que existe una relación positiva entre las variables (Rosales-Ronquillo & Hernández-Jáquez, 2020).

Se puede señalar el estudio Autoeficacia académica y aprendizaje autorregulado que se realizó en estudiantes de primer ciclo en una universidad privada de Lima en cual, demostró que existe relación positiva y significativa entre ambas variables (Mori, 2019).

Un estudio de 182 estudiantes del Cantón Chunchi descubrió que el vínculo afectivo materno tenía una asociación positiva baja con ambas dimensiones de la eficacia y el vínculo afectivo paterno con la eficacia académica, mientras que con la eficacia percibida tenía una asociación estadísticamente significativa (Tenempaguay-Solís, 2021).

Procrastinación y autoeficacia que son las variables de interés llegaron a relacionarse en el estudio realizado en 178 estudiantes universitarios Limeños, encontrando que las variables presentan relación, la autoeficacia correlaciona positivamente con la dimensión autorregulación y negativamente con la postergación de actividades; de igual forma, al hacer una comparación por sexo se evidencia que las mujeres presentan mayor nivel de autorregulación académica (Burgos-Torre & Salas-Blas, 2020).

De la misma forma, en el estudio realizado con las mismas variables en una muestra de 310 participantes de una universidad privada del sur de Perú encontraron que existe relación directa entre autoeficacia y procrastinación académica (Flores & Valenzuela, 2022).

Por su parte, en la investigación aplicada a 239 estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular obtuvo que existe una relación inversa pero significativa; concluyendo que bajos niveles de autoeficacia se relacionan con altos niveles de procrastinación académica (Estrada Araoz, 2021).

En el estudio realizado en una muestra de 788 estudiantes universitarios a más de estudiar las dos variables incorporan el rendimiento académico, teniendo como resultados que, tanto la autoeficacia como la procrastinación académica afectan directamente el desempeño de los estudiantes, relacionándose indirectamente la autoeficacia con el rendimiento académico a través de la procrastinación (Zumárraga & Cevallos, 2022).

Al estudiar el efecto de la autoeficacia y eutrés en la procrastinación, desarrollado con una muestra de 1224 universitarios, se halló que el estudiante será capaz de autorregular

su comportamiento académico y evitar la postergación de tareas, si tiene alta autoeficacia y estrés positivo (Yupanqui-Lorenzo et al., 2023).

La presente investigación es trascendental debido a que existen muy pocos estudios realizados en el contexto local respecto al impacto de la procrastinación en la autoeficacia de estudiantes universitarios, tema que a partir de la pandemia COVID-19 se ha visto notoriamente en las conductas de los estudiantes, sin embargo, los adolescentes al no ser conscientes de las derivaciones negativas que traerán las conductas procrastinadoras en el transcurso del tiempo, tienden a tomarlas como algo natural en el diario vivir y no se busca soluciones. La investigación es relevante y pertinente debido a que aportará información acerca de la procrastinación y autoeficacia. Además, permitirá al investigador identificar y cuantificar las conductas problemáticas, y brindar la base para promover técnicas que permitan superar dichos obstáculos; siendo así que mediante los resultados se pretende elaborar programas de prevención con el propósito de disminuir conductas procrastinadoras viéndose así mejorada la autoeficacia académica.

Por lo tanto, los objetivos de esta investigación son determinar la existencia de relación entre la procrastinación y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios. Se estableció además identificar la media de puntuación de autoeficacia académica y comparar las medias de puntuación de las dimensiones de procrastinación académica entre hombres y mujeres.

## **2. MÉTODO**

La procrastinación representa aquella conducta donde el individuo aplaza actividades de manera oportuna (Ramos, 2020). De manera que, hace parte de los sesgos cognitivos, específicamente del sesgo del presente el cual consiste en la inclinación a pensar en el ahora, buscando así una recompensa inmediata frente a la gratificación futura, siendo así que, el individuo subestima las consecuencias futuras, de ahí nace la justificación de aplazar las actividades y es cuando surge la procrastinación, la corriente cognitivo-conductual al centrarse en la modificación de conductas, actitudes y pensamientos, engloba también a la autoeficacia que es las creencias sobre las propias capacidades de desempeño y habilidades para producir algo, por lo que, las creencias que se relacionan

con la autoeficacia determinan los sentimientos, la motivación y el comportamiento de las personas (Rossi et al., 2020).

La autoeficacia al definirse como una creencia personal sobre las propias capacidades, tienen una gran influencia en las personas porque afectan a su forma de pensar, sentir y comportarse. Siendo así que se relaciona con la procrastinación, ya que, mientras más la persona confié en sus propias capacidades y habilidades para lograr un objetivo que proyecta como difícil, menor será la conducta de postergar las actividades; de igual manera, el tiempo de inicio será apropiado y existirá mayor persistencia para alcanzarlo (Quispe Arotuma, 2018). Así mismo, la motivación personal juega un papel importante en la procrastinación, ya que quienes procrastinan poseen bajos niveles de autorregulación y son fácilmente influidos por distractores que aplazan el inicio o mantenimiento de una actividad (Burgos-Torre & Salas-Blas, 2020).

El enfoque de la investigación fue cuantitativo ya que se recogieron y analizaron datos numéricos a través del programa estadístico JAMOVÍ 2.3.21. El alcance es descriptivo-correlacional porque primero se describieron las variables para posterior determinar la relación entre la postergación de actividades, la autorregulación académica que son parte de la procrastinación y la autoeficacia académica. En cuanto al diseño este fue no experimental ya que no se manipularon las variables y transversal porque los instrumentos Escala de Procrastinación Académica y la escala de Autoeficacia Percibida Específicas de Situaciones Académicas (Eapesa) se aplicaron en una sola ocasión.

La muestra del estudio estuvo conformada por 309 participantes, que se encontraban cursando los semestres de primero a séptimo de las carreras de enfermería y nutrición y dietética de la Universidad Técnica de Ambato, de los cuales 244(79%) son mujeres y 65 (21%) son hombres; en edades comprendidas entre los 18 y 36 años, siendo la edad promedio 21 años.

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia donde los estudiantes fueron elegidos a través de criterios de inclusión como el ser mayores de 18 años, tener a su disposición un teléfono móvil o una computadora con acceso a internet; quedando excluidos aquellos estudiantes que no hayan llenado de forma adecuada los instrumentos,

presenten alguna limitación física o intelectual que les impida completar la prueba, estar bajo efectos de alcohol u otra sustancia al momento de ser evaluado y quienes una vez firmado el consentimiento informado, desearon por voluntad propia, libre de coacción dejar de participar en el estudio.

Para el proceso de recolección de información, inicialmente, se solicitó la autorización del decano de la Facultad Ciencias de la Salud, posteriormente se pidió el permiso a los coordinadores de las carreras que fueron parte del estudio.

La recolección de datos se llevó a cabo en las horas académicas, se les explicó el consentimiento informado, se les detalló los objetivos de la investigación y se procedió a enviar el enlace con los cuestionarios.

Finalmente se eliminaron las pruebas que no estaban correctamente llenadas y se ingresaron los datos en forma numérica a una hoja de Excel y posteriormente fueron procesados con el programa estadístico Jamovi 2.3.21. Para la prueba de normalidad se utilizó la prueba estadística Shapiro-Wilk, arrojando resultados que no existía normalidad en las variables de estudio, por lo que, se empleó la prueba Rho de Spearman (prueba no paramétrica).

Para la evaluación de la primera variable, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) adaptada por Domínguez, Villegas y Centeno (2014), posee una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.816. Está constituida de 12 ítems, que se responden en una escala tipo Likert con las opciones de respuesta: Nunca (1), Pocas Veces (2), A veces (3), Casi Siempre (4) y Siempre (5). Se divide en dos dimensiones: postergación de actividades (ítems 1,6,7), donde puntuaciones menores a 7 muestran un nivel bajo y mayores a 9 un nivel alto; en autorregulación académica (ítems 2,3,4,5,8,9,10,11,12), su calificación señala que puntuaciones menores de 27 señalan un nivel bajo y mayores a 35 un nivel alto.

La Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (Eapesa, Palenzuela, 1983) en la versión al castellano de García-Fernández et al. (2010), adaptada a nuestro contexto por Moreta et al. (2021), se usó para evaluar la autoeficacia, este

cuestionario permite conocer los niveles de autoeficacia académica en estudiantes a través de un cuestionario de 10 ítems que son respondidos en una escala Likert de 10 niveles desde muy en desacuerdo a muy de acuerdo. No existe valores normativos para la escala, pero se considera que a mayor puntaje existe una mayor autoeficacia percibida. El punto de corte es de 50 puntos. Respecto a la fiabilidad muestra una alfa de Cronbach de 0.816 (Moreta-Herrera et al., 2021).

### **3. RESULTADOS**

A continuación, se realiza el análisis de los resultados que se obtuvieron a partir de la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y La Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (Eapesa). Se describe los resultados de cada objetivo; presentando primero los resultados de los objetivos específicos, y, posteriormente, el general.

#### **Análisis Cualitativo de los niveles de las dimensiones de Procrastinación Académica**

En la tabla 1 se describe los niveles de las dimensiones de postergación de actividades y autorregulación académica.

**Tabla 1**

*Dimensiones procrastinación académica*

<b>Procrastinación</b>	<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
	Bajo	74	23.9%
Postergación de actividades	Medio	148	47.9%
	Alto	87	28.2%
	Bajo	47	15.2%
Autorregulación académica	Medio	152	49.2%

Alto	110	35.6%
------	-----	-------

La procrastinación académica está formada por dos dimensiones, por una parte, la postergación, quienes del 100% de los evaluados, el 47.9% presenta un nivel medio, un 28.2% nivel alto y un 23.9% nivel bajo. Por otro lado, en cuanto al factor autorregulación, el 49.2%, presenta un nivel medio, el 35.6% un nivel alto, y el 15.2% un nivel bajo.

### **Análisis Cuantitativo - Valorar la media de puntuación de autoeficacia**

En la tabla 2 se presentan los estadísticos descriptivos de la variable.

**Tabla 2**

*Evaluación Autoeficacia Académica*

	<b>Autoeficacia</b>
N	309
Media	68.8
Desviación estándar	16.4
Mínimo	25
Máximo	100

Con respecto a autoeficacia, se observa que los participantes puntuaron con una media de 68.8 ( $\pm 16.4$ ), asimismo, el valor mínimo es de 25, mientras que, el máximo es de 100.

### **Comparación de medias de procrastinación según el sexo**

A continuación, en la tabla 3 se presentan los estadísticos de comparación de medias. La prueba utilizada es la T de Welch, puesto que, no se cumplieron con los supuestos para una prueba paramétrica, asimismo, la diferencia de evaluados es grande.

**Tabla 3**

*Prueba de comparación de medias según el sexo*

<b>Dimensiones</b>	<b>Sexo</b>	<b>Media</b>	<b>Estadístico (T de Welch)</b>	<b>gl</b>	<b>p</b>
Puntuación	Hombres	8.72	-1.40		
Postergación de actividades				108.0	0.164
	Mujeres	8.26			
Puntuación	Hombres	31.0			
Autorregulación académica			3.36	99.6	0.001
	Mujeres	33.9			

Con un 95% de confianza se observa que, de las medias de puntuación de las dimensiones de procrastinación académica, la autorregulación en hombres (31.0) es significativamente diferente a la puntuación en mujeres (33.9).

### **Prueba de normalidad**

En la tabla 4, se muestra los resultados de la aplicación de la prueba de normalidad.

**Tabla 4**

*Prueba de normalidad*

	<b>Puntuación Postergación</b>	<b>Puntuación Autorregulación</b>	<b>Autoeficacia</b>
N	309	309	309
W de Shapiro- Wilk	0.971	0.967	0.981
Valor p de Shapiro-Wilk	< .001	< .001	< .001

Se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk encontrando que la distribución de las puntuaciones de las dimensiones de Procrastinación y Autoeficacia académica no fueron normales.

#### **Análisis de correlación entre procrastinación y autoeficacia**

En la tabla 5, se presentan los resultados de la prueba de correlación entre procrastinación académica y autoeficacia. Se utilizó la prueba no paramétrica Rho de rangos Spearman, ya que, se incumplió con el dato de normalidad en las puntuaciones.

**Tabla 5**

### *Correlación*

		<b>Autoeficacia</b>
<b>Puntuación Postergación de actividades</b>	Rho de Spearman	-0.147
	valor p	0.010
<b>Puntuación Autorregulación académica</b>	Rho de Spearman	0.397
	valor p	< .001

Con un 95% de confianza se observa que, la autoeficacia se correlaciona negativamente con una intensidad leve con la dimensión postergación de actividades (procrastinación académica) ( $p < 0.010$ ,  $Rho = -0.147$ ), asimismo, la autoeficacia se correlaciona positivamente con una intensidad leve con la dimensión autorregulación (procrastinación académica) ( $p < 0.001$ ,  $Rho = 0.397$ ).

#### **4. DISCUSIÓN**

Con respecto a la hipótesis de investigación, el estudio permite determinar que existe una correlación negativa entre la dimensión postergación de actividades y autoeficacia ( $p < 0.010$ ,  $Rho = -0.147$ ), es decir que mientras más autoeficacia tengan los evaluados menor será la tendencia a postergar actividades. Respecto a la dimensión de autorregulación esta correlaciona positivamente con la autoeficacia ( $p < 0.001$ ,  $Rho = 0.397$ ) reflejando que, mientras mayor autorregulación, mayor será la autoeficacia académica; estos resultados concuerdan con lo encontrado en la investigación de Burgos y Salas (2020) Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños con una muestra de 178 participantes, donde encontraron una correlación positiva entre autoeficacia académica y la dimensión autorregulación, lo que indica que a mayor regulación el individuo gozará de mayor autoeficacia al igual que en la presente

investigación; entre otros resultados resalta la similitud en la relación negativa con la dimensión postergación de actividades, es decir que los individuos que presentan niveles bajos de autoeficacia, son quienes más tienden a postergar tareas.

De la misma forma, se encontraron resultados similares en la investigación de Flores y Valenzuela (2019), aplicada a 310 estudiantes de una universidad privada del sur de Perú, donde se concluyó que existe relación directa entre autoeficacia y procrastinación académica. Así mismo Estrada (2021) en su estudio señala que los bajos niveles de autoeficacia están relacionados con altos niveles de procrastinación. Estas investigaciones a pesar de estar realizadas en contextos diferentes permiten establecer resultados concluyentes de que, si bien las decisiones de los estudiantes de retrasar actividades no están basadas en cuestiones racionalmente sustentables, pueden modificarse con una adecuada autoeficacia y autorregulación académica. Chigne (2017) menciona que se debe fortalecer las capacidades de autorregulación y la autoeficacia académica, aspectos que están directamente relacionados con la motivación de los estudiantes para lograr el éxito académico.

En relación a las dimensiones de la variable procrastinación se evidencia que el nivel medio es el que más prevalece en la población estudiada, autorregulación académica con el 49,2 % y postergación de actividades con el 47.9% , lo que indica que el individuo trabaja en aspectos menos importantes a la actividad que tiene pendiente; este resultado difiere de la investigación de Toapanta y Gavilanes (2023) titulado Calidad de sueño y procrastinación académica en estudiantes universitarios, se revelo que en los participantes existe una predominancia del nivel alto de autorregulación académica (49.6%) y postergación de actividades 83.0%; así mismo, se evidencia la misma inconsistencia en la investigación de Yana et al. (2022) denominada adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19, donde se muestra que existe una predominancia del nivel bajo (71.2%) de la dimensión autorregulación, y un nivel alto de postergación de actividades (83.0%). Las investigaciones mencionadas dan a notar que a pesar de que las evaluaciones se realizaron en los mismo grupos etarios y pertenecientes al mismo contexto presentan diferencias en cuanto a los resultados encontrados con la presente investigación, esto se puede deber a

que en las investigaciones previas la población se encontraba atravesando por un proceso post pandémico, en el cual existían varias adaptaciones a la nueva realidad, estas características pudieron influenciar en los resultados de los participantes.

En la comparación de las dimensiones de procrastinación según el sexo se reveló que existe una diferencia estadísticamente significativa entre hombres (31.0) y mujeres (33.9), siendo así que, quienes tienden a autorregularse más son las mujeres, estos hallazgos se asemejan a los encontrados por Burgos y Salas (2020) en su estudio realizado en una muestra de 178 estudiantes, que mostró que las mujeres presentan mayor nivel de autorregulación académica, permitiéndoles aumentar la confianza de sus capacidades; se puede inferir que las mujeres al regularse más y tener un alto autocontrol hace que sean menos propensas a procrastinar.

Respecto a las limitaciones del estudio, se puede evidenciar que existen pocos estudios que aborden el tema investigado, lo cual limita la discusión de resultados en la investigación. Así mismo, la apertura para acceder a la población de estudio fue limitada pese a que se pidió el permiso correspondiente a las autoridades.

## **5. REFERENCIAS**

- Altamirano, C., & Rodríguez, 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>
- Barraza Macías, A., & Barraza Nevárez, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 28, 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Brando Garrido, C., Montes Hidalgo, J., Limonero García, J. T., Gómez Romero, M. J., & Tomás Sábado, J. (2021). Procrastinación, bienestar percibido y riesgo suicida en estudiantes de enfermería. *Revista de enfermería y salud mental*, 18, 5-11.
- Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3).  
<https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.790>
- Chigne Moscoso, C. O. (2017). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2017* [Universidad César Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8556/Chigne\\_MC O.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8556/Chigne_MC_O.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Delgado, B. D., Martínez, M. C. M., Rodríguez, J. R., & Escortell, R. (2019). La autoeficacia académica y la inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico de los estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Gestión de las Personas y Tecnología*, 12(35), 46-55.
- Díaz, E. E. (2019). *AUTOEFICACIA ACADÉMICA Y APRENDIZAJE AUTORREGULADO EN ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA*.
- Estrada Araoz, E. G. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), 195-205. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Flores, C. B., & Valenzuela, A. A. (2022). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada del sur del Perú, 2019. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(24), 886-893.  
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i24.383>
- García Martínez, V., Silva Payró, M. P., García Martínez, V., & Silva Payró, M. P. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea.

Validación de un cuestionario. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 11(2), 122-137.  
<https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>

Girardi, P., Andrés, J., & Vargas, P. (2018). AUTOEFICACIA: UNA REVISIÓN APLICADA A DIVERSAS ÁREAS DE LA PSICOLOGÍA. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 16(2).  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612018000200004&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612018000200004&lng=es&tlng=es).

Gómez Romero, M. J., Tomás Sábado, J., Montes Hidalgo, J., Brando Garrido, C., Cladellas, R., & T. Limonero, J. (2020). Procrastinación académica y riesgo de conducta suicida en jóvenes universitarios: El papel de la regulación emocional. *Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.06.002>

Hidalgo-Fuentes, S., Martínez-Álvarez, I., & Sospedra-Baeza, M. J. (2022). Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: Un meta-análisis. *Revista Fuentes*, 1(24), 77-89. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19907>

Lara, S. A. D., García, G. V., & Leyva, S. B. C. (2014). *PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA: VALIDACIÓN DE UNA ESCALA EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA*.

Lino, A. J. P., Rabasco, Y. W. R., & Espinoza, M. M. G. (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), Article 2.  
<https://doi.org/10.26423/rcpi.v9i2.426>

Mamani Guerra, S. E., & Aguilar Angeletti, A. (2019). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana*, 11(2), 1-9.  
<https://doi.org/10.20453/rph.v11i2.3627>

Manchado Porras, M., & Hervías Ortega, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 38(2), 243-258.  
<https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador & Subsecretaría Nacional de Provisión de Servicios de Salud. (2022). Proyecto de Creación e Implementación de Servicios

de la Red de Salud Mental Comunitaria y Centros Estatales de Recuperación de Adicciones. Ministerio de Salud Pública del Ecuador.

- Moposita, E. F., & Vásquez, F. A. (2022). Autoeficacia y estrés académico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10365-10380. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4139](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4139)
- Moreta-Herrera, R., & Durán-Rodríguez, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad*, 9(3), Article 3. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003>
- Moreta-Herrera, R., Montes de Oca, C., Navarro Cuéllar, L., & Villegas Villacrés, N. (2021). Validez factorial con estimación robusta de la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (Eapesa) en universitarios ecuatorianos. *Ciencias Psicológicas*. <https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2153>
- OMS. (2022, 2 marzo). Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia. Organización Mundial de la Salud. <https://n9.cl/5sh8i>
- Organización Panamericana de la Salud. La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas, 2018. Washington, D.C.: OPS; 2018. <https://n9.cl/64pdj>
- Pichen-Fernandez, J. A., & Turpo Chaparro, J. (2022). Influencia del autoconcepto y autoeficacia académica sobre la procrastinación académica en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 10(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1361>
- Quispe Arotuma, G. I. (2018). *NIVELES DE AUTOEFICACIA PERCIBIDA Y FRECUENCIA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. N°1263 [USMP]*. [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3538/quispe\\_agi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3538/quispe_agi.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ramírez, A. S. A., Diaz, R. Y. R., Quispe, W. V., Garcia, M. H., & Ramirez, M. C. (2020). La procrastinación académica: Teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación*, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Ramos, C. A. P. (2020). *CINDY VANESSA CARRASCO PALIZA*.
- Rosales-Ronquillo, C. A., & Hernández-Jácquez, L. F. (2020). Autoeficacia académica y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de nutrición. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 1-17. <https://doi.org/10.15359/ree.24-3.7>

- Rossi, T., Trevisol, A., Santos-Nunes, D. dos, Dapieve-Patias, N., & Hohendorff, J. V. (2020). Autoeficacia general percibida y motivación para aprender en adolescentes de educación media. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 254-263. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.12>
- Ruiz Llacta, M. J. (2022). Autoeficacia académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de un instituto de Lima. *Repositorio Institucional - UNIFE*. <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/1073>
- Tenempaguay-Solís, J. A. (2021). *Estilos de crianza y autoeficacia académica percibida en adolescentes escolarizados Parenting styles and perceived academic self-efficacy in school adolescents Estilos parentais e percepção de autoeficácia acadêmica em adolescentes escolares*. 6(5).
- Toapanta Viracocha, L. M., & Gavilanes Manzano, F. R. (2023). Calidad de sueño y procrastinación académica en estudiantes universitarios: Sleep Quality and Academic Procrastination in University Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 906-918. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.305>
- Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D. Y., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, M. D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>
- Yupanqui-Lorenzo, D. E., Olivera-Carhuaz, E. S., Pulido-Capurro, V., & Alponte, A. A. R. (2023). Efecto de la autoeficacia y eutrés en la procrastinación: Un análisis multigrupo. *Revista Fuentes*, 25(1), Article 1. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2023.21318>
- Zumárraga, M., & Cevallos, G. (2022). Autoeficacia, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ecuador. *Alteridad*, 17(2), 277-290. <https://doi.org/10.17163/alt.v17n2.2022.08>