

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
<http://www.udh.edu.pe>

TESIS

**“Adicción a las redes sociales y procrastinación en los
estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa
Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR: Loarte Tiburcio, Jhean Antoni

ASESORA: Chiclote Robles , Leydi Jackeline

HUÁNUCO – PERÚ

2026

U

D

H

**TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología educativa**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)****CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:****Área:** Ciencias sociales**Sub área:** Psicología**Disciplina:** Psicología**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 73171882

DATOS DEL ASESORA:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 47165840

Grado/Título: Maestro en educación, mención, investigación y docencia superior.

Código ORCID: 0000-0001-5689-7118

DATOS DE LOS JURADOS:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Mendoza Morales, Carmen Teófila	Maestra en gestión pública	22515653	0000-0002-5360-1649
2	Miraval Tarazona, Lincoln Abraham	Magister en psicología educativa	22404062	0000-0003-0269-8599
3	Chilon Mori, Alissa Mariel	Maestro en sistema de protección de los derechos del niño, niña o adolescente frente a la violencia.	71291427	0009-0008-3063-0384



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología
"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"



"AÑO DE LA ESPERANZA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA DEMOCRACIA"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 09:30 A.M. horas del día 14 del mes de julio del año dos mil veintiséis, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA **PRESIDENTE**
- MG. ALISSA MARIEL CHILON MORI **SECRETARIO**
- MG. CARMEN MENDOZA MORALES **VOCAL**
- MG. AIDA MARGARITA TARAZONA SOTO (**JURADO ACCESITARIO**)
- **ASESOR DE TESIS** MG. LEYDI JACKELINE CHICLOTE ROBLES

Nombrados mediante Resolución N° 0930 y 2138-2026-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada: **"ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO - 2025"**; Presentado por el Bachiller en Psicología, SR. LOARTE TIBURCIO, JHEAN ANTONI, para optar el Título Profesional de **LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) apto por Unanimidad con el calificativo cuantitativo de 16 y cualitativo de Buena.

Siendo las 10:28 Horas del día 14 del mes de Julio del año 2026, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

[Firma]
MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA

0000-0003-0269-8599- DNI: 72404082
PRESIDENTE

[Firma]
MG. ALISSA MARIEL CHILON MORI

0009-0008-3063-0384- DNI: 71291427

SECRETARIA

[Firma]
MG. CARMEN MENDOZA MORALES

0000-0002-5360-1649- DNI: 22515653

VOCAL

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfono La Esperanza: (062) 518452 - (062) 515151 Anexo 331
Telefax: 062 513154 - E-mail: ud.ocy@terra.com.pe

HUÁNUCO - PERÚ



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: JHEAN ANTONI LOARTE TIBURCIO, de la investigación titulada "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO - 2025", con asesor(a) JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 1882-2024-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 20 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 10 de abril de 2026



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfonos: (062) 511-113
Telefax: (062) 513-154
Huánuco - Perú

16. JHEAN ANTONI LOARTE TIBURCIO.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	13%	11%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
2	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	4%
3	repositorio.ujcm.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	apirepositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	1%



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a Dios Padre, quien es el hacedor de mi vida, por brindarme la fortaleza necesaria día a día para seguir adelante.

A mis amados padres, por darme siempre su amor y su apoyo incondicional, por no soltar mi mano en los momentos más difíciles y confiar en mí.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincera gratitud a la Universidad de Huánuco, por abrirme las puertas para formarme como profesional y brindarme facilidades académicas que me permitieron culminar con éxito mi carrera. Asimismo, extendiendo mi agradecimiento al personal administrativo por su constante apoyo y colaboración.

Agradecer profundamente a mis docentes, por darnos sus consejos y experiencias durante estos años de estudios, por ayudarnos a desarrollarnos como profesionales.

A mi asesora de tesis Chiclote Robles, Leydi Jackeline, quien siempre me ha mostrado su interés y su disponibilidad para realizar con éxito este estudio.

Finalmente, agradecer de manera especial a los directivos, docentes, padres de familia y escolares de secundaria de la I.E. Augusto Cardich Loarte, quienes me brindaron su disponibilidad y facilidades para desarrollar mi investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	5
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE DE TABLAS	VI
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VII
RESUMEN	VIII
ABSTRACT	IX
INTRODUCCIÓN.....	X
CAPÍTULO I.....	11
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	13
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	13
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	13
1.3. OBJETIVOS	14
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	14
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	14
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	14
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	14
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA	14
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	15
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	15
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	15
CAPÍTULO II.....	16
MARCO TEÓRICO	16
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	16
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	16
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	17
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....	19
2.2. BASES TEÓRICAS	20
2.2.1. ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES	20
2.2.2. PROCRASTINACIÓN	23
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	27
2.4. VARIABLES	28

2.4.1. VARIABLE 1.....	28
2.4.2. VARIABLE 2.....	28
2.5. HIPÓTESIS	28
2.5.1. HIPÓTESIS GENERAL	28
2.5.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	29
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	30
CAPÍTULO III	32
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	32
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	32
3.2. ENFOQUE	32
3.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN	32
3.4. DISEÑO DE ESTUDIO	32
3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	33
3.5.1. POBLACIÓN	33
3.5.2. MUESTRA.....	33
3.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	34
3.7. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN	37
CAPÍTULO IV	38
RESULTADOS	38
4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	38
4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL.....	45
CAPÍTULO V	49
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	49
CONCLUSIONES	51
RECOMENDACIONES.....	52
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	54
ANEXOS.....	58

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de variables	30
Tabla 2 Población de estudio.....	34
Tabla 3 Muestra de estudio	35
Tabla 4 Nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	36
Tabla 5 Nivel de obsesión por las redes sociales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	37
Tabla 6 Nivel de inadecuado control personal en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	38
Tabla 7 Nivel de uso excesivo de las plataformas digitales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte.....	39
Tabla 8 Nivel de procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	40
Tabla 9 Nivel de postergación de actividades en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	41
Tabla 10 Nivel de autorregulación académica en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	42
Tabla 11 Prueba de normalidad	43
Tabla 12 Correlación de la hipótesis general	43
Tabla 13 Correlación de la hipótesis específica 1	44
Tabla 14 Correlación de la hipótesis específica 2	45
Tabla 15 Correlación de la hipótesis específica 3	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	36
Figura 2 Nivel de obsesión por las redes sociales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	37
Figura 3 Nivel de inadecuado control personal en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	38
Figura 4 Nivel de uso excesivo de las plataformas digitales en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	39
Figura 5 Nivel de procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	40
Figura 6 Nivel de postergación de actividades en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	41
Figura 7 Nivel de autorregulación académica en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte	42

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco, durante el año 2025, este estudio, de enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental de corte transversal, contó con una muestra de 165 estudiantes de primero a quinto año, es decir la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos psicométricos validados: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados descriptivos revelaron que el 77,0% de los participantes presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales, mientras que el 13,3% se ubica en un nivel bajo y el 9,7% en un nivel alto, con respecto a la procrastinación, el 64,8% de los estudiantes mostró un nivel alto, y el 35,2% restante, un nivel medio. El análisis inferencial fue aplicado, mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman que arrojó un valor de ,958 con un nivel de significancia inferior a 0,05, en tal sentido, se aprueba la hipótesis alterna y se opone a la nula, entonces en consecuencia, se concluye que existe una relación positiva, directa y estadísticamente significativa entre ambas variables evidenciando que, en la población estudiada, a mayor nivel de adicción a las redes sociales, mayor es la tendencia a procrastinar las actividades académicas, además subrayan la necesidad de implementar estrategias de intervención preventiva y promocional en el ámbito educativo para abordar esta problemática.

Palabras claves: Adicción, redes, sociales, procrastinación, estudiantes.

ABSTRACT

The primary objective of this research was to determine the relationship between social media addiction and procrastination among secondary school students at the Augusto Cardich Loarte Educational Institution in Huánuco during 2025. This study employed a quantitative approach, a correlational level, and a non-experimental, cross-sectional design, utilizing a sample of 165 students ranging from the first to the fifth year. Data collection involved the application of two validated psychometric instruments: the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) and the Academic Procrastination Scale (EPA). Descriptive results revealed that 77.0% of participants exhibited a moderate level of social media addiction, while 13.3% showed a low level and 9.7% a high level; regarding procrastination, 64.8% of students displayed a high level, and the remaining 35.2% showed a moderate level. Inferential analysis using Spearman's Rho correlation coefficient yielded a value of 0.958 with a significance level below 0.05; consequently, the alternative hypothesis was accepted and the null hypothesis rejected. It is concluded that there is a positive, direct, and statistically significant relationship between the two variables, demonstrating that within the studied population, higher levels of social media addiction correlate with a greater tendency to procrastinate on academic activities, thereby highlighting the need to implement preventive and promotional intervention strategies within the educational setting to address this issue.

Keywords: Addiction, social, media, procrastination, students.

INTRODUCCIÓN

La tesis que presentamos se titula: “Adicción a las redes sociales y procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025”, el estudio se desarrolló conforme a los lineamientos fundamentados por la Universidad de Huánuco y el Programa Académico de Psicología. La relevancia de dicha investigación radica en el propósito de establecer la correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes de secundaria de la institución educativa mencionada. Mientras tanto, el estudio se organiza de la siguiente forma:

El primer capítulo nos brinda una perspectiva general de los temas que fundamentan nuestra investigación. Se describen los problemas de las variables, se establecen los objetivos y se examinan la justificación teórica, metodológica y práctica, así como la factibilidad y las restricciones de esta.

En el capítulo II se especifica la base teórica que fundamenta el estudio, comenzando por los antecedentes en sus tres niveles. Además, describe el marco teórico y las definiciones conceptuales de cada variable, así como su operacionalización y la formulación de las hipótesis.

El Capítulo III proporciona detalles acerca de los métodos utilizados en la investigación, enfatizando el diseño, el enfoque y el nivel del estudio. Además de la descripción de los datos poblacionales, el grupo estudiado, las técnicas empleadas para recopilar datos y su respectivo análisis.

Los hallazgos se obtienen después de que se ha terminado la recolección y el análisis de datos en el capítulo IV. El examen de estos resultados requiere un procedimiento correlacional descriptivo con métodos estadísticos, el cual se presenta a través de tablas y gráficos para posibilitar una interpretación exacta.

El capítulo V se enfoca en el análisis exhaustivo de los resultados, que es lo que se denomina discusión, junto con las conclusiones obtenidas a partir de los antecedentes expuestos en el marco teórico. Las conclusiones y recomendaciones que se presentan en la tesis están fundamentadas y justificadas en estos hallazgos.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En estos tiempos, observamos que la tecnología se ha desarrollado cada vez más a nivel mundial y que la sociedad ha cambiado al mismo tiempo. En este sentido, el ser humano ha sido parte de esta evolución tanto social como tecnológica. Las redes sociales han marcado un hito en materia de difusión masiva, debido a su alcance, características e impacto en la sociedad actual. Son utilizadas tanto por individuos como por empresas, dado que permiten lograr una comunicación interactiva y dinámica (Brandao, 2021).

El uso de las redes sociales se incrementa en los adolescentes, esto conforme al informe de la empresa HootSuite, la cual es una herramienta en la web que administra y gestiona los perfiles de una sola persona en todas las redes sociales dónde posea una cuenta. Según sus estadísticas entre abril y junio del 2022 la plataforma de Facebook sumó 1.35 millones de usuario entre 13 y 19 años a nivel mundial (Kemp, 2022). Según Moreno (2018), de los 10 países más poblados de América Latina, Ecuador es el que tiene mayor acceso (81%), seguido por Perú (56%), Argentina (78.6%), Chile (77%), Brasil (65.9%), Guatemala (34.5%), México (65.3%), Colombia (58.1%), Cuba (38.8%) y Venezuela (60%).

Varios estudios, en diferentes países se realizaron anteriormente para identificar los niveles de adicción en adolescentes. El portal de noticias Deutsche Welle (DW) publicó una investigación en la cual el seguro médico, la DAK, en conjunto con la Clínica Universitaria de Hamburgo, en Alemania, encuestaron a 1001 adolescentes entre 12 y 17 años, los resultados revelaron que un 2,6% de los adolescentes presenta una adicción a las redes sociales (Stickelmann, 2018). La revista Forbes México (2019), menciona que el 75 % los jóvenes entre 13 y 17 años utilizan todo el tiempo el celular, el 50% contesta de inmediato los mensajes o notificaciones y el 35% despierta en las madrugadas para saber si recibió un mensaje.

Según la información previa, los adolescentes son el sector con más riesgo de desarrollar adicción a las redes sociales, debido a las características

que poseen según su grado de desarrollo psicológico. Esta población concreta enfrenta una serie de estresores psicosociales, pero no está equipada con las herramientas necesarias para enfrentarlos a causa de su inmadurez a nivel biológico, neuropsicológico y emocional; por eso son particularmente vulnerables a la dependencia (Al'absi, 2018).

Las plataformas digitales forman parte de la tecnología la cual tiene un impacto significativo en los jóvenes, otorgándoles múltiples ventajas; no obstante, hay situaciones en las que estos se obsesionan con ellas y muestran comportamientos desadaptativos que amenazan su rendimiento académico y sus relaciones interpersonales (Ordoñez, 2018).

Los estudios de Kaur y Rani (2019) realizados en India revelan que el 94% de los alumnos presentan niveles altos y moderados de procrastinación, lo que indica que los alumnos están siendo constantemente llamados la atención por su entorno, además de comportarse evasivamente en relación a sus tareas académicas, posponiendo las tareas para después. Esto les genera ansiedad y estrés, poniendo en peligro su salud mental.

Según IPSOS (2020), cerca de 13.2 millones de personas en Perú siguen conectadas a las redes sociales, entre las cuales sobresalen Youtube, WhatsApp y Facebook; esta cifra aumentó durante el confinamiento. Un año después, las cifras se incrementaron: aproximadamente 14.1 millones de personas en Perú estaban conectadas a las redes sociales, y el 82% pertenecía a la zona urbana.

Asimismo, la población joven es la que más riesgo tiene de sufrir este tipo de circunstancias. Chávez et al. (2021) corroboraron esto, concluyendo que los jóvenes de 10 a 18 años son más propensos a sucumbir a adicciones como las de las redes sociales, debido a que están en una fase de fluctuación emocional y constante cambio de perspectivas; por lo tanto, este tipo de plataformas les resultan atractivas.

En la ciudad de Huánuco, en la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, se observa que los escolares del nivel secundario hacen uso frecuente de las redes sociales durante las horas de clase, convirtiendo esta práctica en una actividad cotidiana y prioritaria frente a las responsabilidades académicas.

Esta situación genera distracción, pérdida de tiempo y desinterés por las actividades escolares.

Desde el diagnóstico, se evidencia que el uso excesivo de las redes sociales se asocia con conductas de procrastinación, entendidas como la tendencia a postergar las tareas académicas para última hora. Los estudiantes suelen realizar sus trabajos dentro del aula, minutos antes de ser revisados por los docentes, lo que afecta la calidad de sus aprendizajes y su rendimiento académico.

El pronóstico indica que, de mantenerse esta situación, los estudiantes podrían desarrollar una dependencia creciente hacia las redes sociales, acompañada de bajo rendimiento académico, pérdida de hábitos de estudio y escasa autorregulación del tiempo.

Finalmente, el control del pronóstico plantea que los resultados de esta investigación podrían servir de base para que la institución educativa y los docentes consideren estrategias orientadas a promover el uso responsable de las redes sociales y a disminuir los niveles de procrastinación. De este modo, el estudio busca determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los escolares, sin intervenir directamente en la realidad observada.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cómo se relaciona la obsesión por las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?
- ¿Cómo se relaciona el inadecuado control personal y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?

- ¿Cómo se relaciona el uso excesivo de las plataformas digitales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.
- Identificar la relación entre el inadecuado control personal y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.
- Establecer la relación entre el uso excesivo de las plataformas digitales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

A nivel teórico, la investigación aporta fundamentos que amplían el conocimiento existente sobre la relación entre las variables en los escolares del nivel secundario. Este estudio contribuye a entender cómo el empleo excesivo de las redes sociales repercute en el aplazamiento de las actividades académicas, proporcionando bases conceptuales que pueden servir como referencia para futuros estudios y para el desarrollo de estrategias educativas orientadas a mejorar los hábitos de estudio y la autorregulación del tiempo.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

A nivel práctico fue conveniente el aporte de este trabajo porque proporcionó una investigación actualizada, lo que nos permitió en conocer que se está aconteciendo en los estudiantes, de modo que se

pueda ayudar a resolver los problemas que existen en relación con nuestras variables en mención dando respuestas mediante la recolección de datos. Y así las autoridades de la institución decidan qué estrategias implementar para afrontar este problema, de manera que puedan tomar medidas de prevención e impulsar la formulación de un plan de intervención en los estudiantes, que conlleven a mejorar aspectos de las variables de estudio.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

Para recopilar los datos se aplicaron instrumentos psicométricos que demostraron ser altamente confiables en el estudio. Estos instrumentos también exhiben una validez interna óptima.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Desde el punto de vista del desarrollo, se presume la dificultad para la recolección de datos específicamente en la muestra de estudiantes, debido al tiempo de aplicación y que algunos de los estudiantes no asistan a su institución educativa, lo que se traduce en un mayor tiempo durante la recolección de datos.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio sugerido demuestra la viabilidad al incluir fundamentos teóricos e investigaciones que fundamentan y refuerzan el estudio. Por otra parte, es indudablemente realizable desde el punto de vista económico debido al respaldo financiero proporcionado por los ingresos personales del investigador.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Galindo et al. (2024) ejecutaron un artículo titulado: Adicción de redes sociales y la procrastinación académica en escolares del Instituto Tecnológico de Durango, cuya finalidad fue determinar la correlación positiva de la adicción de las redes sociales y la procrastinación académica en escolares. Metodológicamente fue determinada por el nivel correlacional explicativo, enfoque cuantitativo, diseño no experimental transversal. Participaron 362 escolares, empleando la escala de procrastinación y de adicción a las redes sociales. De acuerdo a los hallazgos la adicción a redes sociales que más se presenta es la de uso excesivo con un 60.48% de los casos, esto quiere decir que los estudiantes se conectan más tiempo de lo normal a las redes sociales a tal grado que dejan de lado sus actividades escolares y no tener la capacidad de aminorar su uso. Por otro lado, la que más se sobresale en la procrastinación académica es la de fijar metas con un 52.12%, esto significa que los estudiantes del Instituto Tecnológico de Durango no establecen objetivos claros y específicos, y al no fijar dichas metas, pierden la noción de establecer prioridades por lo que no identifican qué actividades tendrán mayor impacto en su desempeño académico. La investigación pudo concluir que las variables se relacionan debido a que a través de relación lineal se obtuvo un nivel de sig inferior a 0.05, por lo que se aprueba dicha asociación entre las variables de estudio.

Bedón (2023) ejecutaron un artículo titulado: Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en escolares de bachillerato, cuya finalidad fue identificar la existencia de la asociación de la autorregulación académica, postergación de actividades que son parte de la procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales en escolares de bachillerato. Metodológicamente estuvo determinada por el nivel explicativo - correlacional, diseño transversal - no experimental y enfoque

cuantitativo. Participaron 205 escolares, empleando la escala de procrastinación y de adicción a las redes sociales. De acuerdo a los hallazgos el nivel predominante de autorregulación académica es el medio con el 53.7%, en postergación de actividades es el alto con el 51.2%, además no se encontró una diferencia estadísticamente significativa de riesgo de dependencia a internet y las redes sociales. Se llegó a la conclusión de que no existe correlación entre el peligro de volverse adicto a las redes sociales e internet y la autorregulación académica ($\rho = -0.127$; $p = .070$). No obstante, se descubrió que existe una relación positiva entre el riesgo de volverse adicto a las redes sociales y al internet y el aplazamiento de tareas ($\rho = 0.349$; $p < .001$).

Guamán y Ticsalema (2022) ejecutaron un estudio: Relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en los y las adolescentes de 15 a 18 años, de la U.E.M. Calderón, cuyo propósito fue establecer el vínculo entre la adicción al internet y la procrastinación académica en adolescentes. Metodológicamente estuvo determinada por el diseño transversal - no experimental, nivel explicativo – correlacional y enfoque cuantitativo. Participaron 327 adolescentes, se empleó la escala de procrastinación y el test de adicción a las redes sociales. La investigación pudo concluir que las variables se vinculan significativamente, debido que se obtuvo un coeficiente correlación de 0.34 y un nivel de sig menor a 0.05, por lo cual se aprueba dicha asociación.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Huaquisto (2023) ejecutó un estudio titulado: Adicción a las redes sociales y procrastinación en escolares de una institución educativa privada de secundaria, Juliaca 2022, cuya finalidad fue identificar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación de los escolares. Metodológicamente estuvo determinada por el diseño transversal - no experimental, nivel explicativo – correlacional y enfoque cuantitativo. Participaron 84 escolares, empleando la escala de procrastinación y la escala de adicción a las redes sociales. Respecto a la adicción a las redes sociales entre los

alumnos, el 51.19% está en un nivel bajo de adicción, el 46.43% tiene un nivel medio y el 2.38% presenta una alta incidencia. En relación con la variable de procrastinación, el 65.48% están clasificados en el nivel medio, por otro lado, el 17.85% tienen un nivel alto y el 16.67 % se encuentran bajo. Se pudo determinar que hay una correlación importante entre las variables en los alumnos, con un valor p de 0.023. Además, el coeficiente de Spearman fue de 0.248, lo que indica una correlación baja y positiva.

Inquilla et al. (2023) ejecutaron un estudio titulado: Adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares de una institución educativa privada de Arequipa, 2022, cuyo propósito fue establecer el vínculo existente entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación de los escolares. Metodológicamente estuvo determinada por el diseño transversal - no experimental, nivel explicativo – correlacional y enfoque cuantitativo. Participaron 84 escolares, se empleó la escala de procrastinación académica y de adicción a las redes sociales. Se evidencia la existencia de la dependencia a redes sociales, predominado el nivel alto con 42.9%, conforme a la procrastinación sobresale el nivel alto con el 45.1% La investigación pudo concluir que existe asociación entre las variables en los escolares, obteniendo p valor 0,002, además, el coeficiente de Rho de Spearman fue de 0.327 señalando una correlación positiva y baja.

Carrasco (2023) ejecutó un estudio titulado: Procrastinación académica y adicción a redes sociales en alumnos de psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022, cuya finalidad fue identificar el vínculo entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales en universitarios. Metodológicamente estuvo determinada por el diseño transversal - no experimental, nivel explicativo – correlacional y enfoque cuantitativo. Participaron 72 universitarios, se empleó la escala de adicción a las redes sociales y procrastinación académica. La investigación pudo evidenciar la existencia de una asociación entre las variables en los universitarios, obteniendo p valor 0,001, el coeficiente

de Rho de Spearman fue de 0.524 la cual señala correlación positiva, pero de nivel moderado.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Quispe y Salis (2024) ejecutaron una investigación: Adicción a las redes sociales, bullying y autoestima asociados a la depresión en alumnos de primero a quinto de la E.P odontología - Unheval Huánuco 2022, cuyo propósito fue establecer la asociación entre adicción a las redes sociales, Bullying y autoestima con la depresión en alumnos. Metodológicamente estuvo determinada por un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, tuvo un diseño transversal - no experimental. Participaron 83 universitarios, empleando la escala de depresión, de adicción a las redes sociales y de bullying. La frecuencia y severidad de la depresión relacionado con la dependencia a redes sociales en alumnos fue considerablemente elevada, resultando la depresión moderada - severa con un 80.95% con los que son dependientes a las redes sociales. La autoestima estuvo asociada a la depresión con un 80.96% para los que presentaron autoestima bajo-leve asociados a depresión severa y moderada. La investigación pudo evidenciar la existencia de un vínculo significativo entre la depresión y la dependencia a redes sociales ($p:0.001$) asimismo la depresión estuvo relacionada con la autoestima ($p:0.000$), no obstante, el bullying no guarda relación con la depresión ($p:0.326$).

Lujan (2024) ejecutó un estudio titulado: Estrategias de autocontrol: Elemento esencial para reducir la adicción a redes sociales, en escolares de la I.E. N° 32402, Carhuapata, cuya finalidad fue identificar el grado de influencia de las estrategias de autocontrol en la reducción de la adicción a las redes sociales en los escolares. Metodológicamente estuvo determinada por una investigación tipo aplicada, nivel explicativo. Participaron 24 escolares, empleando una prueba para medir la adicción a las redes sociales y unas sesiones orientadas a los diseños de la estrategia de autocontrol. Los resultados del trabajo de campo, en términos generales, demostró que en la prueba: 92%, de estudiantes sí mostraron una significativa reducción en la dependencia a redes sociales

después que se aplicó adecuadamente las estrategias de autocontrol y que el resultado de la disprueba nos dice que el 8%, estudiantes no mejoraron. Por lo que se pudo concluir que las estrategias de autocontrol influyen en la reducción de la dependencia a redes sociales.

Ventura (2023) ejecutó un estudio titulado: Procrastinación académica en alumnos de 1° a 4° ciclo del programa académico de Psicología, Universidad de Huánuco, Huánuco 2023, cuyo propósito fue identificar el nivel de procrastinación académica en universitarios. Metodológicamente estuvo determinada por el nivel descriptivo, diseño transversal - no experimental y enfoque cuantitativo. Participaron 106 universitarios, empleando la escala de procrastinación académica. La frecuencia muestra que la mayoría de los universitarios, tanto hombres (63.4%) como mujeres (73.8%), tienen niveles bajos de procrastinación, seguidos por niveles medios en menor medida (36.6% y 26.2%, respectivamente). La investigación fue capaz de determinar que no hay altos niveles de procrastinación académica en los alumnos de primer a cuarto ciclo.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES ASPECTO CONDUCTUAL

Es una necesidad de conectarse, el cual puede conllevar al uso inadecuado en las reuniones, pérdida de tiempo, en la relación de una pareja, al compartir los alimentos, entre otros (Cataño et al., 2021).

De acuerdo con Rodríguez et al. (2022), el uso problemático de las redes sociales en adolescentes se ha vinculado con diversos problemas emocionales y sociales, como la distorsión imagen corporal, baja autoestima y mayor propensión a desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, estos efectos negativos se intensifican conforme aumenta la frecuencia de conexión y el tiempo de exposición a las plataformas digitales, afectando el bienestar psicológico.

Para Valencia y Cabero (2019) estos autores manifiestan que la adicción a las redes sociales son comportamientos que lleva a las personas a utilizar estas plataformas de manera descontrolada

provocando el aislamiento social, deterioro en las relaciones interpersonales y disminución del desempeño en sus actividades académicas.

Según Pazmiño et al. (2019) son herramientas digitales que posibilitan la relación en un entorno común, donde las personas pueden conectarse y colaborar en función de sus intereses, necesidades y metas compartidas. A través de estas plataformas, se promueve la transmisión de información y la interacción comunicativa entre los que utilizan la red.

Según Salas et al. (2021) consideran que la adicción no está limitada exclusivamente a sustancias químicas, también puede manifestarse a través de patrones de comportamiento, pueden generar dependencia y afectar negativamente la salud mental.

Principales redes sociales

Conforme a Barrera (2019), el informe "The Global State of Digital in 2019", elaborado por We Are Social y Hootsuite, indica que 3.484 billones de individuos usan las plataformas digitales, lo que equivale al 45 % de la población del mundo. La relevancia e impacto de las redes sociales en esta revolución digital están más que evidenciadas. Las más usadas a nivel global son las siguientes:

- TikTok: Es una plataforma social para hacer y distribuir vídeos breves. Los usuarios tienen la posibilidad de producir vídeos breves, que pueden tener una duración de entre 3 y 60 segundos, gracias a esta aplicación. Es una plataforma de videos prominente en EE. UU, Asia y otras regiones del mundo. Todo apunta a que se popularizará gradualmente en Latinoamérica también.

- YouTube: Es posible que los usuarios compartan videos sobre casi cualquier asunto, ya sea tutoriales o música, en esta página web. Lo que hace que esta plataforma sea superior es que permite a cada usuario subir casi cualquier tipo de contenido y además hacer comentarios. Además, las emisiones en directo que se ofrecen por medio de esta plataforma permiten a la gente conectarse.

- Instagram: Es una aplicación en la que puedes cargar fotografías y editarlas con distintos filtros, marcos y efectos para conseguir lo que

deseas. Es una de las que ha experimentado un crecimiento significativo en los años recientes.

- Facebook: Es la más destacada y empleada en todo el mundo, que te permite subir imágenes y videos, formar grupos, emplear sus distintas aplicaciones y otros elementos que la convierten en la más relevante y exitosa. Asimismo, debido a sus herramientas de localización geográfica y segmentación, es una de las más empleadas para la publicidad.

- Pinterest: Es acerca de difundir fotografías de estilo, tendencias de belleza y moda en un tablero flexible al que se puede acceder.

- WhatsApp: Aplicación que posibilita la conexión con una gran parte del mundo a través de tu número, con el fin de crear un chat sencillo y organizado. Este aplicativo de mensajes instantáneos son uno de los más elegidos. Lo que comenzó como un servicio para la recepción y envío de mensajes, fue progresando hasta posibilitar el intercambio de videos, imágenes y audios. Más adelante, incorporó las historias y las videollamadas; estas últimas son de los formatos más empleados para publicar contenidos.

- Twitter: Es un sistema de blog que permite transmitir información u opinión mediante la escritura, imágenes o videos.

Síntomas de la adicción a las redes sociales

Echeburúa y de Corral (2010) y Griffiths (2013), la adicción a las redes sociales se manifiesta a través de diversos síntomas conductuales y emocionales, entre los cuales destacan los siguientes:

- **Saliencia:** La persona piensa constantemente en las redes sociales y siente una necesidad imperiosa de conectarse.
- **Pérdida de sueño:** Reducir horas de descanso por permanecer conectado hasta altas horas de la noche.
- **Abandono de actividades:** Descuidar responsabilidades académicas, laborales o sociales por estar en redes sociales.
- **Falta de control:** Intenta reducir el uso sin éxito, perdiendo la noción del tiempo cuando está conectado

DIMENSIONES

OBSESIÓN POR LAS REDES SOCIALES

Según Reyes (2020) la obsesión por las redes sociales, se define como la necesidad de estar en contacto o conectada en internet u otros accesos el cual conlleva a pensar constantemente en las plataformas digitales, asimismo presentan mucha ansiedad y preocupación cuando no tienen acceso a alguna red social. Por otro lado, González, et al. (2021) indican que se caracteriza por los sentimientos de preocupación y pensamientos constantes al no disponer o no poder estar conectada a alguna red social.

Falta de control personal en el uso de las redes sociales

Según Pinto (2018) es el descuido o interrupción de las actividades recurrentes del individuo lo reemplazan por pasar tiempo en alguna red social. Además, Moreno (2018) refiere que las personas con este problema presentan intranquilidad por la escasez de control al hacer empleo de alguna red social como consecuencia conlleva a incumplir o descuidar ciertas actividades.

Uso excesivo de las redes sociales

Es el uso excesivo de las redes sociales es la dificultad para tomar control cuando se utiliza alguna red social, en un tiempo excesivo y el uso es frecuente, además mencionan que las personas con este problema tienden a estar conectadas por mucho tiempo (Ecurra y Salas, 2014). Cabe destacar que diversas investigaciones determinan que los aspectos negativos que genera depresión, baja autoestima, estrés, fatiga, ansiedad, trastorno de sueño de igual forma el cansancio emocional entonces el principal factor de tales síntomas es el empleo desmedido de las plataformas digitales (Armaza, 2022).

2.2.2. PROCRASTINACIÓN

Según Bucheli y Macias (2021) refiere que la procrastinación es un comportamiento donde el individuo no realiza sus actividades y responsabilidades en un tiempo determinado sin importar que ocurran molestias, castigos y consecuencias negativas.

Ludwig y Schicker (2018) afirman que es la actitud de aplazar deliberada y habitualmente las tareas, aun sabiendo las posibles consecuencias. Así, el individuo encuentra una oportunidad para dedicarse a realizar actividades menores; tal comportamiento causa culpa y frustración

Es un tipo de comportamiento descrito por la falta de organización y planificación de actividades del sujeto debido que existe una acumulación de tareas debido a que cada día se posterga las actividades pendientes (Trías y Carbajal, 2020).

También, Aspée et al. (2021) señala que se trata principalmente de una actitud de postergación de los deberes, fundamental para el rendimiento y el éxito académico, y que está impulsada por la falta de compromiso y voluntad del alumno provocando problemas académicos.

Zárate et al. (2020) afirman que es la acción de dejar de lado actividades académicas esenciales para el aprendizaje, lo cual restringe el propósito principal del estudiante y tiene efectos como un escaso control para llevar a cabo las tareas, así como la incapacidad de regular, controlar e identificar sus pensamientos.

Ayala (2019) dice que, en los alumnos, la falta de motivación está muy relacionada con el fracaso de la autorregulación. Como resultado, observamos niveles bajos de autoestima y autoeficacia académica y un alto nivel de estrés y enfermedad, dependiendo del caso.

Elementos de la procrastinación

Se señalan cuatro elementos que influyen cuando se da una pausa o un aplazamiento de una actividad o tarea (Ayala et al., 2020):

- A. Valoración: el valor o precio que se otorga a ciertas actividades o tareas en comparación con otras, donde se evalúan las herramientas y el tiempo. Un objetivo de mayor valor es aquel que requiere poco esfuerzo y un corto periodo de tiempo para alcanzarlo.
- B. Expectativa: este componente está determinado por la estructura y el modo en que se llevan a cabo las tareas, así como por la

percepción o el deseo del individuo de poder realizar alguna actividad.

- C. Demora de la satisfacción: elemento o factor vinculado con el tiempo que tarda en obtenerse una respuesta y algunas ventajas sobre el comportamiento; se establece que al procrastinador le gusta más la gratificación inmediata que la tardía.
- D. Impulsividad: es cuando la persona tiene escaso interés en ciertas tareas a causa de que le falta motivación para impulsarlo a cumplir con sus objetivos y metas.

Tipos de procrastinación

A partir del punto de vista de Querevalú y Echabaudes (2020), se identifican dos tipos:

a) Procrastinación crónica: Se refiere a los individuos que tienen un tiempo de preparación menor y están más concentrados en tareas, trabajos o actividades que probablemente fracasarán, despreciando el tiempo adecuado para la tarea o actividad que se supone que deben realizar.

b) Procrastinadores de decisiones: se entiende como un modelo no adaptativo en el que se aplazan, posponen y retrasan las decisiones, lo que conlleva a extender el tiempo para finalizar una tarea.

Teorías de la procrastinación

Ayala et al. (2020) identifican cuatro teorías de la procrastinación:

a) Teoría conductista: Se presenta en aquellas acciones repetitivas que se consideran forzadas, o sea, que están presentes por sus consecuencias. Por eso, las personas que ya alcanzaron sus metas suelen aplazar su comportamiento, porque ya tuvieron éxito y si procrastinan no perjudica sus logros o no son desfavorables.

b) Teoría de la motivación temporal: Para que no ocurra una procrastinación, es necesario contar con una motivación elevada, expectativas de éxito con suficiente valor para llevar a cabo una tarea y la impulsividad para evitar dejar de lado o posponer las obligaciones o tareas. Esta teoría considera varios factores, como el valor, la expectativa, el retraso y la motivación misma.

c) Teoría psicodinámica: La procrastinación académica ocurre cuando los alumnos (universitarios) no hacen las tareas esenciales que provocan una intensa angustia, lo cual también puede ser visto como un peligro para el yo. Por ello, los alumnos pueden utilizar distintos mecanismos de defensa para reducir la inquietud. En esta teoría, la procrastinación ocurre cuando el alumno teme que sus acciones puedan ser castigadas, lo cual puede provocar una presión que pospone muchas tareas para no caer en un estado de ansiedad.

d) Teoría racional emotiva: propone que los trastornos emocionales provienen de las creencias irracionales del individuo. Éstas son el punto de partida para las situaciones en las que vive, y donde exhibe conductas poco beneficiosas con efectos emocionales; comenzando por las creencias irracionales relacionadas con las tareas que necesita realizar de manera placentera; por esta razón, la teoría mencionada se basa en el contenido y la forma del pensamiento de un individuo: si sus creencias son escasas o poco lógicas, esto obstaculiza el cumplimiento de las metas que se propuso al principio. Así pues, es posible afirmar que los estudiantes tienden a involucrarse con la procrastinación de manera muy equivocada, pues perciben una lógica deficiente que arruina sus expectativas.

Dimensiones de la procrastinación

Autorregulación académica

De acuerdo con Ayala et al. (2020), se refiere a la capacidad que tiene una persona para modificar su comportamiento en relación con su aprendizaje. Por eso se establece que la autorregulación no es una capacidad mental, sino un procedimiento autodirigido en el cual los alumnos sustituyen sus capacidades mentales por habilidades económicas.

Postergación de Actividades

Conforme con Ayala et al. (2020), es sinónimo de procrastinación y consiste en una decisión personal y voluntaria de posponer una tarea para realizar otra actividad. Esta postergación suele ser breve y puede tener un impacto perjudicial en el cumplimiento de objetivos personales

y académicos. En otras palabras, hace alusión a la propensión de retrasar o posponer tareas que son necesarias o esenciales, aun sabiendo cuáles son sus efectos negativos. En vez de llevar a cabo las tareas de inmediato, los individuos que procrastinan tienden a distraerse con actividades menos relevantes, aplazando la tarea más urgente e importante para un momento posterior.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

1. **Adicción:** Patrón de comportamiento caracterizado por la pérdida de control, dependencia y continuación del uso a pesar de las consecuencias negativas (Echeburúa y de Corral, 2010).
2. **Ansiedad:** Es el estado emocional que se manifiesta en situaciones percibidas como amenazantes, y que se distingue por síntomas físicos como sudoración, temblor o aceleración del ritmo cardíaco, así como por sensaciones de tensión y preocupación desmedida (Reyes, 2020).
3. **Aplazamiento de tareas:** Acción de retrasar o posponer actividades o tareas importantes, a menudo sustituyéndolas por actividades menos relevantes o más placenteras, lo cual puede generar estrés y problemas de rendimiento (Ayala et al., 2020)
4. **Control emocional:** Capacidad de gestionar y regular adecuadamente las propias emociones, especialmente en situaciones de estrés o conflicto, para mantener una conducta adecuada y equilibrada (Bucheli y Macias, 2021).
5. **Depresión:** Trastorno mental que se manifiesta con un estado de ánimo persistentemente bajo, pérdida de interés o placer en actividades cotidianas, fatiga, alteraciones del sueño y del apetito, y sentimientos de inutilidad o culpa (Armaza, 2022).
6. **Motivación:** Impulso interno o externo que lleva a una persona a actuar de cierta manera para alcanzar un objetivo o satisfacer una necesidad (Bucheli y Macias, 2021).
7. **Obsesión:** Pensamiento, imagen o impulso persistente y recurrente que es intrusivo e incontrolable, causando angustia significativa y a menudo llevando a conductas repetitivas o compulsivas (Bucheli y Macias, 2021).

8. **Preocupación:** Estado cognitivo y emocional caracterizado por pensamientos persistentes y negativos sobre eventos o situaciones futuras, generalmente asociados a la incertidumbre o el miedo (Armaza, 2022).
9. **Previsión de metas:** Proceso de anticipar, planificar y establecer objetivos a corto, mediano o largo plazo, así como los pasos necesarios para lograrlos (Ayala et al., 2020).
10. **Redes sociales:** Son sistemas en línea que posibilitan a los usuarios crear, intercambiar y difundir contenido, lo cual favorece la comunicación, el intercambio y el establecimiento de comunidades en línea (Valencia y Cabero, 2019).

2.4. VARIABLES

2.4.1. VARIABLE 1

Adicción a las redes sociales: Es el modelo de uso desmedido y sin control de plataformas digitales, el cual tiene la capacidad de afectar la cotidianidad, las relaciones interpersonales, el desempeño en el trabajo o en los estudios, así como la salud mental (Valencia y Cabero, 2019).

2.4.2. VARIABLE 2

Procrastinación: Es la actitud de aplazar deliberada y habitualmente las tareas, aun sabiendo las posibles consecuencias. Así, el individuo encuentra una oportunidad para dedicarse a realizar actividades menores; tal comportamiento causa culpa y frustración (Ludwig y Schicker, 2018).

2.5. HIPÓTESIS

2.5.1. HIPÓTESIS GENERAL

Hg: La adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: La adicción a las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

2.5.2. HIPÓTESIS ESPECIFICAS

Ha1: La obsesión por las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: La obsesión por las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ha2: El inadecuado control personal se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: El inadecuado control personal no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ha3: El uso excesivo de las plataformas digitales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: El uso excesivo de las plataformas digitales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 1

Operacionalización de variables

VARIABLES	D. Conceptual	D. Operacional	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	Escala	Rangos
Adicción de redes sociales	Es una necesidad de conectarse, el cual puede conllevar a la pérdida de tiempo, uso inadecuado en las reuniones, en la relación de una pareja, al compartir los alimentos, entre otros (Cataño et al., 2021).	Esta variable será valorada mediante la escala de adicción a las redes sociales de Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas explicada mediante sus tres dimensiones.	Obsesión por las redes sociales	Implicación cognitiva, contemplación y visualización persistentes en relación con las redes sociales, lo que provoca sentimientos de inquietud y preocupación.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Ordinal	24 - 56 = Bajo
			Inadecuado control personal	Ansiedad por no poder controlarse o no poder utilizar más las redes sociales. No tener tiempo para estudiar o hacer las tareas cotidianas.	4, 11, 12, 14, 20, 24	Ordinal	57 - 88 = Medio 89 - 120 = Alto
			Uso excesivo de las plataformas digitales	Problemas para controlar el tiempo que se pasa en las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	Ordinal	
Procrastinación	La procrastinación es un comportamiento donde el individuo no realiza sus actividades y responsabilidades en	Esta variable será valorada a través de la escala de	Postergación de Actividades	Aplazamiento de actividades Incumplimiento de actividades	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	Ordinal	16 - 37 = Bajo 38 - 59 = Medio

un tiempo determinado sin importar que ocurran molestias, castigos y consecuencias negativas (Bucheli y Macias, 2021)	procrastinación académica (EPA) explicada mediante sus dos dimensiones.	Autorregulación académica	Evaluación de su contexto Establece objetivos Control emocional Motivación y previsión de metas	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	Ordinal	60 - 80 = Alto
---	---	---------------------------	--	---	---------	----------------

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Fue de tipo básica, en tal sentido Sánchez et al. (2018) refiere que la ciencia básica o pura se identifica con la investigación, ya que su objetivo principal es comprender, explicar, describir y prever los acontecimientos sobre las variables estudiadas. Su enfoque se centró en el conocimiento intrínseco, en contraposición a la ciencia práctica, que tiene una orientación utilitarista.

3.2. ENFOQUE

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), el enfoque a utilizar fue el cuantitativo. Esto se debe a que se realizaron evaluaciones cuantificables de los temas en estudio correspondiente a las variables. Mediante el método científico, se obtuvo las conclusiones generales basadas en premisas específicas también las significativas mediante el análisis estadístico de los datos recopilados.

3.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN

Adoptó un alcance correlacional, ya que se sometió ambas variables al coeficiente de correlación. Cabezas et al. (2018) el alcance correlacional, tiene la finalidad de evaluar el vínculo que existe entre dos variables mediante la aplicación de técnicas estadísticas.

3.4. DISEÑO DE ESTUDIO

Tuvo un diseño no experimental transversal, en tal sentido Hernández y Mendoza (2018) manifiestan que en este tipo de diseño no se efectúa manipulación deliberada de las variables, mucho menos se aplican programas. Además, se trata de un diseño transversal, ya que la recopilación de información se da en una sola instancia. Siendo el diagrama:



M: Muestra de estudio

R: relación

O1: variable 1

O2: variable 2

3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.5.1. POBLACIÓN

Conforme a Ríos (2017), plantea que es el conjunto completo de componentes o entidades que se desea investigar, identificados por sus características específicas. Por lo tanto, en este estudio, en la población en consideración participaron 165 escolares de 1ero a 5to de secundaria de la I.E. Augusto Cardich Loarte.

Tabla 2

Población de estudio

GRADO	N° DE ESTUDIANTES	EDAD	SEXO	
			Mujeres	Varones
Primero	33	12 – 13	15	18
Segundo	32	13 – 14	15	17
Tercero	32	14 – 15	16	16
Cuarto	33	15 - 16	19	14
Quinto	35	16 - 17	16	19

Nota: Información obtenida de la nómina de matrícula 2025

3.5.2. MUESTRA

Según Quispe et al. (2020), se seleccionó de manera que reflejará fielmente a cada uno de los componentes de la población, abarcando cada uno de ellos en la investigación.

La muestra fue de tipo censal, ya que se consideró a la totalidad de la población conformada por 165 estudiantes del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, debido a que su tamaño reducido permitió abarcar a todos los participantes, garantizando así una mayor representatividad y precisión en los resultados, sin necesidad de realizar un muestreo probabilístico.

Tabla 3

Muestra de estudio

GRADO	Nº DE ESTUDIANTES	EDAD	SEXO	
			Mujeres	Varones
Primero	33	12 – 13	15	18
Segundo	32	13 – 14	15	17
Tercero	32	14 – 15	16	16
Cuarto	33	15 - 16	19	14
Quinto	35	16 - 17	16	19

Nota: Información obtenida de la nómina de matrícula 2025

Criterios de inclusión

- Alumnos de secundaria que acudan a clases el día de la aplicación del instrumento de recolección de datos.
- Alumnos que presenten el consentimiento informado firmado por parte de sus padres o apoderados.
- Alumnos que quieran participar del estudio voluntariamente.

Criterios de exclusión

- Alumnos de secundaria que no acudan a clases el día de la aplicación del instrumento de recolección de datos
- Alumnos que no presenten el consentimiento informado firmado por parte de sus padres o apoderados.
- Alumnos que no quieran participar.

3.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Técnica: una encuesta constituye un enfoque de estudio empleado para recolectar datos e indagar sobre las opiniones, comportamientos, actitudes y otras particularidades de una población o muestra determinada. Este método proporciona una visión completa e imparcial (Falcón et al., 2019).

Instrumento: Cuestionario de Adicción a las redes sociales

Este instrumento fue diseñado por Salas Blas Edwin y Escurra Mayaute Miguel (2014), se ha tenido en cuenta una aplicación directa para el estudio actual.

Se eligió porque es el más apropiado y se compone de tres dimensiones: el control personal inadecuado, la obsesión con las redes sociales y el empleo desmedido de las plataformas digitales.

Ficha técnica

Nombre	Cuestionario de Adicción a las redes sociales
Autor	Escurra Mayaute Miguel y Salas Blas Edwin (2014)
Aplicación	Colectiva e individual
Duración	15 min aprox
Propósito	Determinar el nivel de la adicción de las redes sociales
Nro. de ítems	24 ítems
Estructura y valoración	Incluye 24 ítems, cada uno con cinco opciones que corresponden a los siguientes grados: Nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). La calificación se lleva a cabo tomando el puntaje total, que se obtiene al sumar las puntuaciones obtenidas en las respuestas de cada ítem. Es posible obtener un puntaje distribuido como sigue: Bajo: 0-31, Medio: 32-50 y Alto: 51-120.

Confiabilidad y Validación del instrumento

Escurra & Salas (2014) llevaron a cabo la validación de constructo mediante un análisis factorial confirmatorio con el fin de examinar la estabilidad de los factores detectados. Tres modelos fueron comparados: un modelo independiente, uno que incluía tres factores independientes y otro que contenía tres actores interrelacionados. De estos tres, el modelo más adecuado es el que incluye tres factores vinculados.

Análisis Factorial confirmatorio de la escala de actitud hacia las redes sociales (total 380)

Tabla 4

Factores confirmatorios de la escala de actitud hacia las redes sociales

Modelo	X ²	gl	X ² /gl	GFI	RMR	RMSEA	AIC
3 factores independientes	562.66	249	2.26	.87	.09	.06	664.67
3 factores relacionados	353.27	238	1.48	.92	.06	.04	477.28
Modelo independiente	757.19	276	2.74	.83	.49	.07	805.19

Instrumento: Escala de procrastinación académica (EPA)

El instrumento utilizado en esta investigación fue diseñado por Busko Deborah quien lo creo con el fin de evaluar el grado de procrastinación académica, posterior a ello Domínguez (2016) lo adaptó.

Ficha técnica

Nombre	Escala de procrastinación académica (EPA)
Autor	Busko Deborah (1998)
Adaptado	Domínguez (2016)
Aplicación	Individual y Colectiva
Duración	10 a 15 min aproximadamente
Propósito	Determinar el nivel de procrastinación
Nro. de ítems	16 ítems
Estructura y valoración	Contiene 16 ítems que se clasifican en dos dimensiones. Se evalúan utilizando una escala de tipo Likert, y sus alternativas de respuesta son las siguientes: (1) Nunca; (2) Pocas veces; (3) A veces; (4) Casi siempre; y (5) Siempre. La calificación se lleva a cabo sumando las puntuaciones de cada ítem para obtener un puntaje total. Este puede ser clasificado en tres niveles: Bajo (de 16 a 37), Medio (de 38 a 59) y Alto (de 60 a 80).

Confiabilidad y Validación del instrumento

El instrumento fue creado con el propósito de identificar la variable de procrastinación académica su validez de contenido fue realizada mediante el criterio de jueces, quienes evaluaron los criterios de claridad, relevancia y coherencia de los ítems, posteriormente después de su valoración y calificación respectiva (nivel alto) se procedió con la aplicación de los mismos (Espinoza, 2024).

Según el estudio original Busko (1998) obtuvo valores de fiabilidad de 0.86 con el Alpha de Cronbach, mientras en la versión en español Domínguez (2016) obtuvo valores de 0.87, no obstante, se realizó se actualizó el proceso de confiabilidad donde se obtuvo un valor de 0.809, lo cual lo hace altamente confiable (Espinoza, 2024).

3.7. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

Para poder extraer conclusiones que sean útiles, los datos deben someterse a un análisis matemático especialmente estadístico y cuantitativo después de haber sido recogidos por este motivo específico.

Se utilizaron las siguientes técnicas para presentar los datos en tablas y gráficos estadísticos:

- Distribución de frecuencias utilizando tablas y gráficos de estadística descriptiva.
- El programa de análisis de datos instrumentales será el SSPS

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Tabla 5

Nivel de adicción a las redes sociales en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte

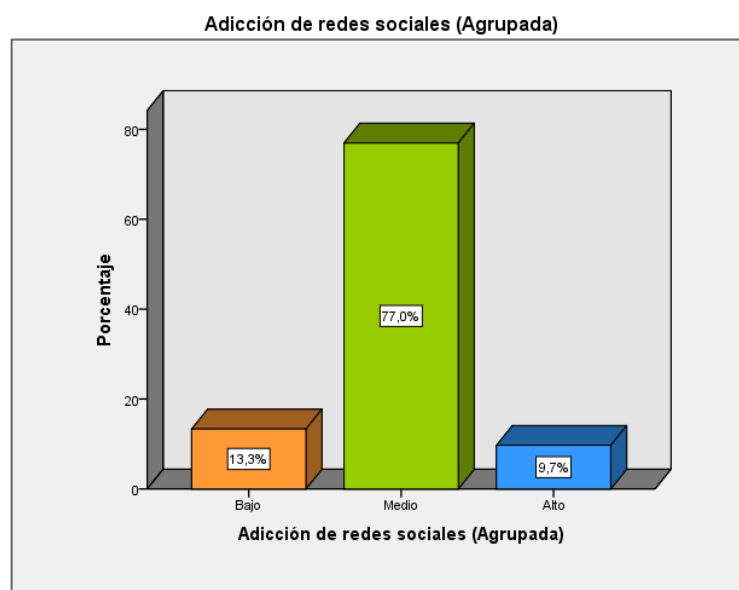
		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo	22	13,3	13,3	13,3
	Medio	127	77,0	77,0	90,3
	Alto	16	9,7	9,7	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 1

Nivel de adicción a las redes sociales en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 4 y figura 1, conforme a la variable en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel medio correspondiente al 77,0%, por otro lado, el 13,3% presentan el nivel bajo y el 9,7% alto. Estos resultados determinan que el nivel de la variable es medio, señalando que la mayor parte de escolares

tienen una necesidad promedio en enlazarse a las redes sociales, sin límites y dejando de lado actividades personales y académicas.

Tabla 6

Nivel de obsesión por las redes sociales en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte

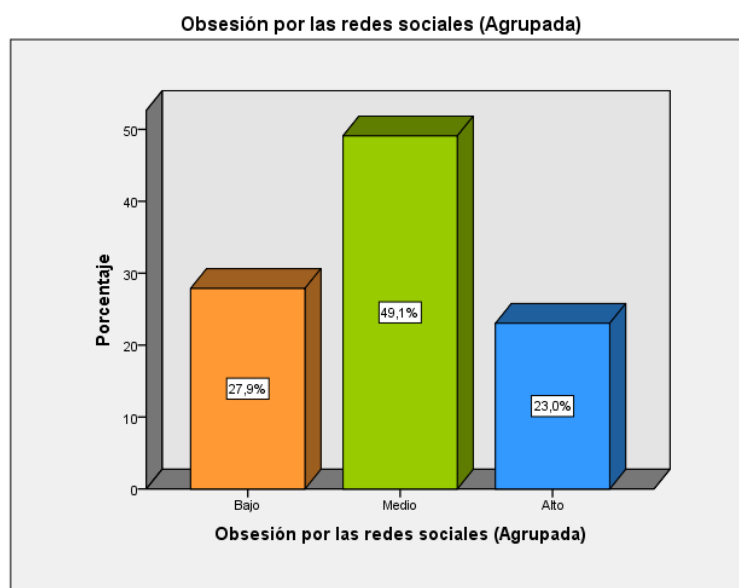
		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo	46	27,9	27,9	27,9
	Medio	81	49,1	49,1	77,0
	Alto	38	23,0	23,0	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 2

Nivel de obsesión por las redes sociales en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 5 y figura 2, que conforme a la dimensión en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel medio correspondiente al 49,1%, seguido del nivel bajo con el 27,9% y el 23,0% nivel alto. Estos resultados determinan que el nivel de la dimensión es medio, señalando que la mayor parte de escolares presentan una necesidad promedio en estar conectados en las

redes sociales, asimismo, tienden a sentir preocupación si no cuentan con acceso a las plataformas.

Tabla 7

Nivel de inadecuado control personal en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte

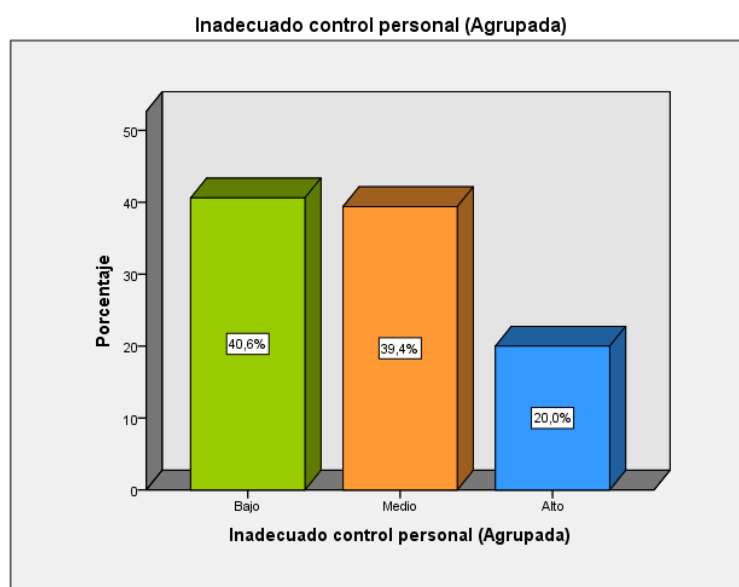
		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo	67	40,6	40,6	40,6
	Medio	65	39,4	39,4	80,0
	Alto	33	20,0	20,0	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 3

Nivel de inadecuado control personal en los escolares del nivel secundario de la I.E.

Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 6 y figura 3, que conforme a la dimensión en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel bajo correspondiente al 40,8%, seguido del nivel medio con el 39,4% y el 20,0% nivel alto. Estos resultados determinan que el nivel de la dimensión es bajo, señalando que la mayor parte de los escolares manifiestan control al no contar con acceso a las plataformas digitales.

Tabla 8

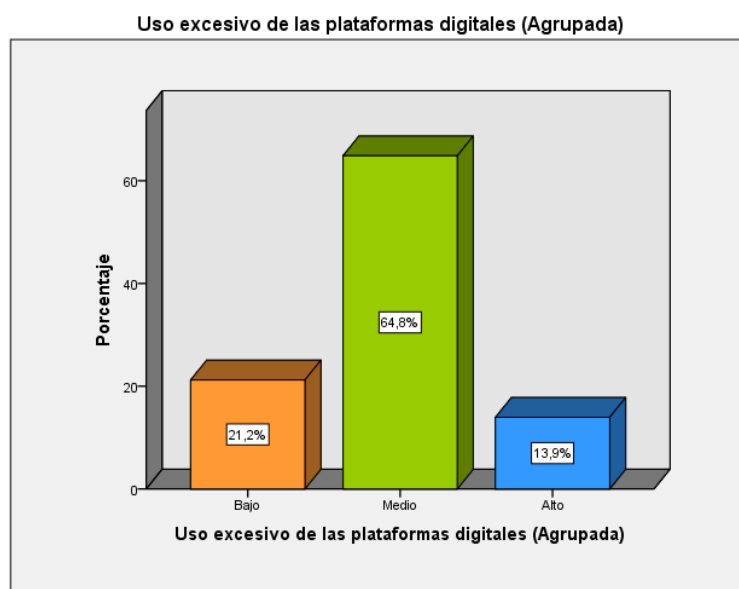
Nivel de uso excesivo de las plataformas digitales en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo	35	21,2	21,2	21,2
	Medio	107	64,8	64,8	86,1
	Alto	23	13,9	13,9	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 4

Nivel de uso excesivo de las plataformas digitales en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 7 y figura 4, que conforme a la dimensión en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel medio correspondiente al 64,8%, por otro lado, el 21,2% presentan el nivel bajo y el 13,9% alto. Dichos hallazgos determinan que el nivel de la dimensión es medio, señalando que la mayor parte de escolares manifiestan un empleo excesivo promedio a las plataformas digitales, es decir suelen controlar su tiempo y frecuencia en estar conectados a los entornos virtuales.

Tabla 9

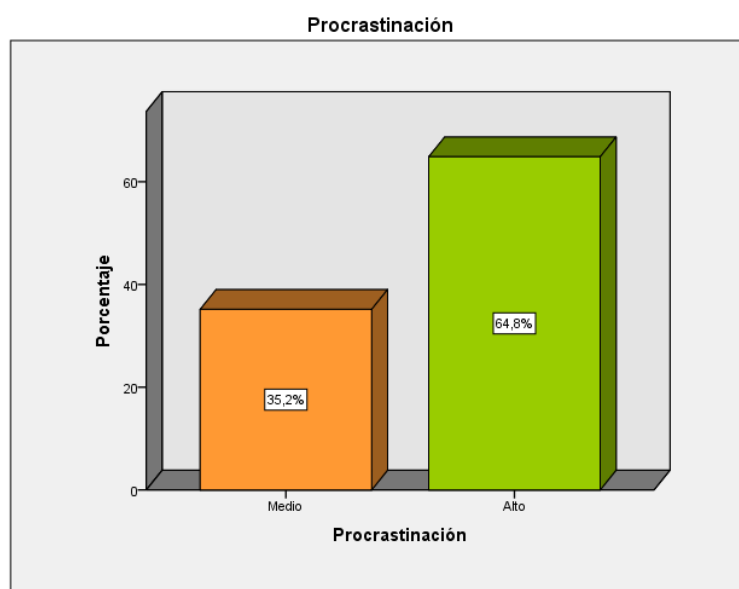
Nivel de procrastinación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Medio	58	35,2	35,2	35,2
	Alto	107	64,8	64,8	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 5

Nivel de procrastinación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 8 y figura 5, que conforme a la variable en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel alto correspondiente al 64,8%, por otro lado, el 35,2% presentan el nivel medio. Estos resultados determinan que el nivel de la variable es alto, señalando que mayoritariamente los escolares suelen dejar de lado sus actividades académicas y otras responsabilidades, sin tener en cuenta las consecuencias.

Tabla 10

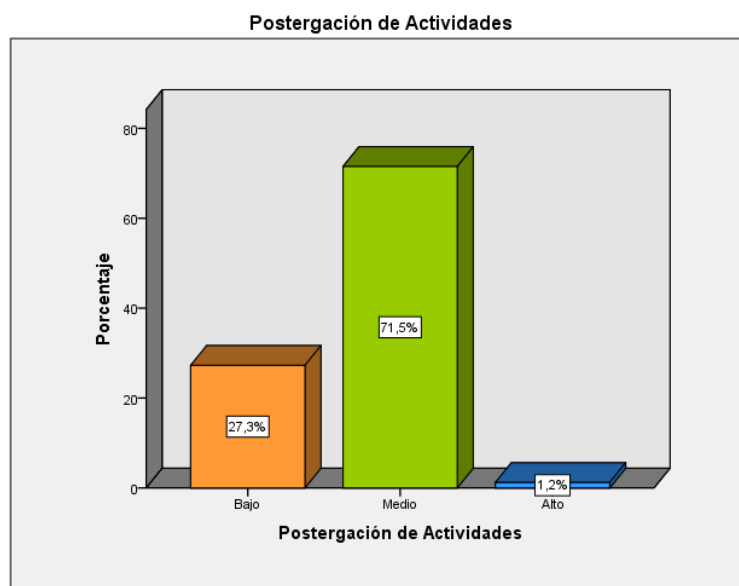
Nivel de postergación de actividades en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo	45	27,3	27,3	27,3
	Medio	118	71,5	71,5	98,8
	Alto	2	1,2	1,2	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 6

Nivel de postergación de actividades en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 9 y figura 6, que conforme a la dimensión en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel medio correspondiente al 71,5%, por otro lado, el 27,3% presentan el nivel bajo y el 1,2% alto. Dichos hallazgos determinan que el nivel de la dimensión es medio, señalando que mayoritariamente los escolares suelen aplazar sus tareas académicas, para realizar otras actividades más satisfactorias.

Tabla 11

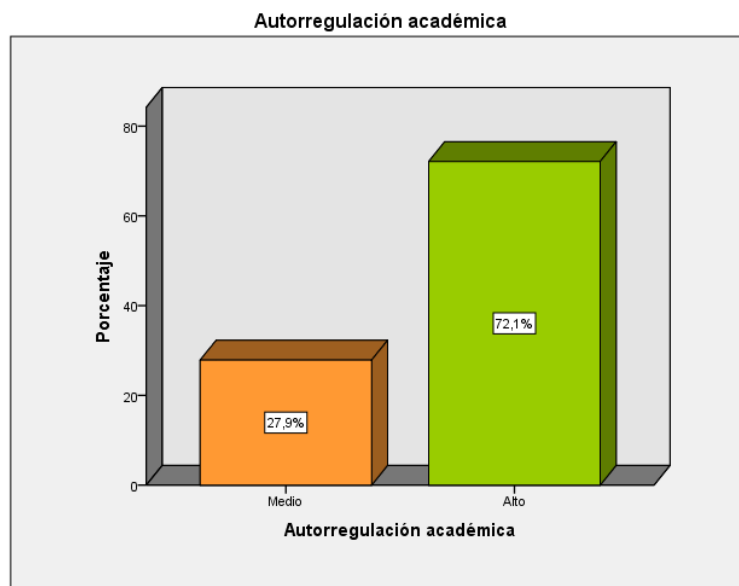
Nivel de autorregulación académica en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Medio	46	27,9	27,9	27,9
	Alto	119	72,1	72,1	100,0
	Total	165	100,0	100,0	

Nota: Información adquirida por medio del cuestionario

Figura 7

Nivel de autorregulación académica en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte



Nota:

Información adquirida por medio del cuestionario

Interpretación: Se evidenció según las cifras obtenidas en la tabla 10 y figura 7, que conforme a la dimensión en los escolares de la I.E. Augusto Cardich Loarte, predomina el nivel alto correspondiente al 72,1%, por otro lado, el 27,9% presentan el nivel medio. Dichos hallazgos determinan que el nivel de autorregulación académica es alto, lo cual señala que mayoritariamente los estudiantes presentan capacidades para cambiar sus conductas de aprendizaje.

4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL

Para llevar a cabo un análisis inferencial apropiado, se realizó una prueba de normalidad. Debido a que la muestra investigativa contaba con 165 participantes y era mayor que 50, se utilizó la prueba de Kolmogorov - Smirnov.

Tabla 12

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción de redes sociales	,132	165	,000
Procrastinación	,178	165	,000

Nota: Datos obtenidos del SPSS

Se estableció, tomando como base la información recogida en la tabla 11 y considerando los requerimientos de las medidas no paramétricas, que las distribuciones de contraste mostraron resultados importantes con un valor p inferior a 0,05, lo cual demuestra que las distribuciones no son normales. Por lo tanto, se usaron pruebas no paramétricas como la Rho de Spearman.

4.2.1. CORRELACIÓN DE LA HE

Hg: La adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: La adicción a las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Tabla 13

Correlación de la He

		Adicción de redes sociales	Procrastinación
Rho de Spearman	Adicción de redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,958**
		N	,000
			165
Procrastinación		Coeficiente de correlación	,958**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	,000
			165

Nota: Datos obtenidos del SPSS

Interpretación: Dada la información obtenida en la tabla 12, las variables muestran una significativa relación, con un Rho de Spearman de ,958 correspondiente a una correlación positiva y muy alta y nivel de sig menor a 0,05. Por lo que, cuanto más adictos son los alumnos a las redes sociales, más procrastinan.

4.2.2. CORRELACIÓN DE LA HE 1

Ha1: La obsesión por las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: La obsesión por las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Tabla 14

Correlación de la He 1

		Obsesión por las redes sociales			Procrastinación	
Rho de Spearman	Obsesión por las redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000		,964**	
		Sig. (bilateral)	.		,000	
		N	165		165	
	Procrastinación	Coeficiente de correlación	,964**		1,000	
		Sig. (bilateral)	,000		.	
		N	165		165	

Nota: Datos obtenidos del SPSS

Interpretación: Dada la información obtenida en la tabla 13, la dimensión y la variable muestran una significativa relación, con un Rho de Spearman de ,964 correspondiente a una correlación positiva y muy alta y nivel de sig menor a 0,05. Por lo que, cuanto más obsesionados están los alumnos con las redes sociales, más procrastinan.

4.2.3. CORRELACIÓN DE LA HE 2

Ha2: El inadecuado control personal se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: El inadecuado control personal no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Tabla 15

Correlación de la He 2

		Inadecuado control personal		Procrastinación
Rho de Spearman	Inadecuado control personal	Coeficiente de correlación	1,000	,963**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	165	165
Spearman	Procrastinación	Coeficiente de correlación	,963**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	165	165

Nota: Datos obtenidos del SPSS

Interpretación: Dada la información obtenida en la tabla 14, la dimensión y la variable muestran una significativa relación, con un Rho de Spearman de ,963 correspondiente a una correlación positiva y muy alta y nivel de sig menor a 0,05. Por lo que, cuanto más alto sea el nivel de control personal inadecuado, mayor será la procrastinación de los alumnos.

4.2.4. CORRELACIÓN DE LA HE 3

Ha3: El uso excesivo de las plataformas digitales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ho: El uso excesivo de las plataformas digitales no se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Tabla 16*Correlación de la He 3*

		Uso excesivo de las plataformas digitales			Procrastinación
Rho de Spearman	Uso excesivo de las plataformas digitales	Coeficiente de correlación	1,000		,953**
		Sig. (bilateral)	.		.
		N	165		165
	Procrastinación	Coeficiente de correlación	1,000**		1,000
		Sig. (bilateral)	.		.
		N	165		165

Nota: Datos obtenidos del SPSS

Interpretación: Dada la información obtenida en la tabla 15, la dimensión y la variable muestran una significativa relación, con un Rho de Spearman de ,953 correspondiente a una correlación positiva y muy alta y nivel de sig menor a 0,05. Por lo que, conforme aumenta el uso excesivo de plataformas digitales, de igual manera, aumenta la tendencia a procrastinar en los alumnos.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Conforme a la Hg, se determinó que las variables muestran una significativa relación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. El Rho de Spearman fue ,958 y nivel de sig superior a 0,05. Lo expuesto en la figura 1 y tabla 3 complementa estos hallazgos, señalando que el nivel de adicción a las redes sociales cuenta con un nivel medio con el 77,0%; Además, la figura 5 y la tabla 7 muestran que el grado de procrastinación se manifiesta en un nivel elevado del 64,8%. Estos descubrimientos están en desacuerdo con las conclusiones de Huaquisto (2023) quien afirma que el 51.19% de la muestra presenta un nivel bajo de adicción a las redes sociales; en lo que respecta a la variable procrastinación, el 65.48% de la muestra se encuentra en un nivel medio. Se concluyó que hay un vínculo importante entre la procrastinación y la adicción a las redes sociales en los alumnos de una I.E.P de Juliaca, en el año 2022. Se obtuvo un valor p de 0,023. Además, se encontró que la correlación Rho de Spearman fue de 0,248, lo cual es una correlación baja pero positiva.

Conforme a la He 1, se determinó que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. El Rho de Spearman fue,964 y nivel de sig menor a 0,05. Lo expuesto en la figura 2 y tabla 4 complementa estos hallazgos, señalando que el nivel de obsesión por las redes sociales cuenta con un nivel medio con el 49,1%. Estos descubrimientos están de acuerdo con las conclusiones de Guamán y Ticsalema (2022) exponiendo que la procrastinación académica y el riesgo de volverse adicto a las redes sociales están estadísticamente correlacionados, ya que se encontró un coeficiente de correlación de 0.34 y un nivel de significancia inferior a 0.05; por lo tanto, se acepta dicha relación.

Respecto a la He 2, se determinó que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. El Rho de Spearman fue ,963 con un nivel de sig inferior a 0,05. Lo expuesto en la figura 3 y tabla 5 complementa

estos hallazgos, señalando que el nivel de inadecuado control personal cuenta con un nivel bajo con el 40,6%. Estos descubrimientos están de acuerdo con las conclusiones de Lujan (2024) quien expone que, el 92% de estudiantes sí mostraron una significativa reducción en la dependencia a redes sociales después que se aplicó adecuadamente las estrategias de autocontrol y que el resultado de la disprueba nos dice que el 8%, estudiantes no mejoraron. Por lo que se pudo concluir que las estrategias de autocontrol influyen en la reducción de la dependencia a las plataformas digitales.

Respecto a la He 3, se determinó que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. El Rho de Spearman fue 1,000 y nivel de sig inferior a 0,05. Lo expuesto en la figura 4 y tabla 6 complementa estos hallazgos, señalando que el nivel de uso excesivo de las plataformas digitales cuenta con un nivel medio con el 64,8%. Estos descubrimientos están de acuerdo con las conclusiones de Galindo et al. (2024) exponiendo que el uso excesivo de redes sociales fue de 60.48%, esto quiere decir que los estudiantes se conectan más tiempo de lo normal a las redes sociales a tal grado que dejan de lado sus actividades escolares y no tener la capacidad de aminorar su uso. Se determinó que las variables se relacionan debido a que a través de relación lineal se obtuvo un nivel de sig menor a 0.05, por lo que se aprueba dicha asociación entre las variables de estudio.

CONCLUSIONES

1. Se concluye que las variables muestran una significativa relación en los escolares. Obteniendo un Rho de Spearman de ,958 y nivel de significancia menor a 0,05, por lo que se respalda la hipótesis alternativa y se rechaza la nula, en consecuencia, se evidencia que, mayor nivel de adicción a las redes sociales, más procrastinan los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.
2. Se concluye que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares. Obteniendo un Rho de Spearman de ,964 y nivel de significancia menor a 0,05, por lo que se respalda la hipótesis alternativa y se rechaza la nula, en consecuencia, se evidencia que, cuanto más obsesionados están con las redes sociales, más procrastinan los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.
3. Se concluye que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares. Obteniendo un Rho de Spearman de ,963 y nivel de significancia menor a 0,05, por lo que se respalda la hipótesis alternativa y se rechaza la nula, en consecuencia, se evidencia que, cuanto más alto sea el nivel de control personal inadecuado, mayor será la procrastinación en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.
4. Se concluye que la dimensión y la variable muestran una significativa relación en los escolares. Obteniendo un Rho de Spearman de 1,000 y nivel de significancia menor a 0,05, por lo que se respalda la hipótesis alternativa y se rechaza la nula, en consecuencia, se evidencia que, conforme se incrementa el uso excesivo de plataformas digitales, también aumenta la tendencia a procrastinar en los escolares del nivel secundario de la I.E. Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que el equipo directivo y el área de tutoría de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte implemente programas de sensibilización dirigidos a estudiantes y padres de familia a cerca del empleo responsable de las plataformas digitales. Dichos programas deben incluir charlas y talleres sobre los efectos adversos de la adicción digital en el desempeño académico y fomentar el uso equilibrado del tiempo de pantalla.
2. Se sugiere que los psicólogos escolares desarrollen espacios de consejería y sesiones grupales con los estudiantes del nivel secundario, orientados a identificar signos de dependencia emocional hacia las redes sociales, promoviendo estrategias de autorregulación emocional, hábitos de estudio y actividades recreativas offline que fortalezcan el bienestar y reduzcan la procrastinación.
3. Se recomienda que los docentes y tutores trabajen en la planificación académica semanal con sus estudiantes, brindándoles herramientas prácticas para mejorar el control personal, como rutinas de estudio, uso de agendas, técnicas de concentración y metas a corto plazo. Esto contribuirá al desarrollo del autocontrol y a la reducción de conductas procrastinadoras.
4. Se sugiere que la dirección del colegio, en coordinación con los docentes y tutores, regule el uso académico y recreativo de plataformas digitales dentro del entorno escolar, estableciendo horarios de uso racional, promoviendo plataformas educativas en lugar de recreativas, y enseñando a los estudiantes a distinguir entre un uso productivo y uno perjudicial.

Al programa académico de Psicología

5. Se recomienda al P.A. Psicología, incentivar a los egresados a realizar estudios en relación a las variables analizadas, ya que es de suma importancia disminuir los índices de adicción a las redes sociales, ya que, al estar pendiente de las redes, muchas veces dejan a última hora las labores educativas.

A los estudiantes de Psicología

6. Se recomienda a los estudiantes de Psicología, llevar a cabo campañas de sensibilización acerca de la dependencia a redes sociales, dirigido a escolares y padres de familia de diferentes centros educativos, con el fin de conocer las consecuencias de estas prácticas, como la procrastinación académica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Al'absi, M. (2018). *Stress and addiction: Biological and psychological mechanisms*. En M. Al'absi, *Stress and addiction: Biological and psychological mechanisms*.
- Armaza, J. (2022). *El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica*.
- Aspée, J., González, J., & Herrera, Y. (2021). *Relación funcional entre procrastinación académica y compromiso en estudiantes de educación superior: una propuesta de análisis*. *Perspectiva Educacional*, 60(1), 4-22.
- Ayala, A. (2019). *La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos*.
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., y Campos, M. (2020). *La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos*.
- Bedón, J. (2023). <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38600>
- Brandao, M. (2021). *Una revisión sociotécnica de las redes sociales de una organización universitaria*.
- Bucheli, M. G. V., & Macías, A. S. (2021). *Procrastinación en internet en educación superior a distancia: Procrastination on the internet in distance higher education*. *Revista Iberoamericana de Investigación en Educación*, 1(1), 7- 19
- Cabezas, H., Andrade, J. y Torres, F. (2018). *Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación*.
- Carrasco, J. (2023). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022*.
- Chávez, R., Romero, F., Lugo, T., Apodaca, C., Félix, G., & Ortiz, S. (2021). *Uso de las redes sociales y rendimiento académico de estudiantes de preparatoria de la Universidad Autónoma de Sinaloa*. *Ciencia Latina*, 5(5). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.938

- Cataño, Y., Otálvaro, I., & Úsuga, S. (2021). *Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado.*
- Escurra, M. & Salas, E. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Liberabit 20(1), 73-91.*
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Galindo, L., Rojero, R., Ruiz, L. & Duran, K. (2024). *Adicción de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del Instituto Tecnológico Durango.*https://www.researchgate.net/publication/378742689_ADICCION_DE_REDES_SOCIALES_Y_LA_PROCRASTINACION_ACADEMICA_EN_ESTUDIANTES_DEL_INSTITUTO_TECNOLOGICO_DE_DURANGO
- Guamán, E., & Ticsalema, M. (2022). *Relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en los y las adolescentes de 15 a 18 años, de la Unidad Educativa Municipal Calderón, en la ciudad de Quito, durante el año 2021.*
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones, 22(2), 91-95.*
- Griffiths, M. D. (2013). *Social networking addiction: Emerging themes and issues. Journal of Addiction Research & Therapy, 4(5), 1-2.*
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.*
- Huaquisto, Z. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Privada de secundaria, Juliaca–2022.*
- Rodríguez, A., García, M., & López, P. (2022). *Impacto del uso de redes sociales en la salud mental de adolescentes: una revisión sistemática. Revista de Psicología Clínica con Adolescentes, 9(2), 45-58.*

- Inquilla, E., Elías, M. & Alegre, J. (2023). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa privada de Arequipa, 2022.*
- IPSOS. (2021). *Uso de las redes sociales entre peruanos conectados 2021.*
- Kaur, S y Rani, M (2019). *Demographic study on academic procrastination Among Secondary School Students. International Journal of Education, 12(11),73-81.*
http://ijoe.vidyapublications.com/Issues/Vol11/08_Vol.11.pdf
- Kemp, S. (2022). *Digital reportes.* Datareportal.
- Lujan, L. (2024). *Estrategias de Autocontrol: elemento esencial para reducir la adicción a redes sociales, en estudiantes de la Institución Educativa N° 32402, Carhuapata.*
- Marquina, R., Gomez, L., Salas, C., Santibañez, S., & Rumiche, R. (2016). *Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana. Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería, 12(1).* Recuperado de <http://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/747>
- Moreno, S. (2018). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes del distrito de Comas, 2018.*
- Ordoñez, I. (2018). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Trujillo.*
- Pazmiño, E., Mendieta, M., Murrieta, G. y Soto, M. (2019). *Importance and use of social networks in education.*
- Pinto, A. (2018). *Funcionamiento familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria.*
- Querevalú, F., y Echabaudes, R. (2020). *Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima.*

- Quispe, Y. & Salis, M. (2024). *Adicción a las redes sociales, bullying y autoestima asociados a la depresión en estudiantes de primero a quinto de la EP Odontología-UNHEVAL Huánuco 2022.*
- Reyes, S. (2020). *Adicción a Redes Sociales, Cansancio Emocional y Sentimiento de Soledad en Jóvenes Universitarios.*
- Ríos, R. (2017). *Metodología para la investigación y redacción. (1era Ed.). Editorial Servicios Académicos Intercontinentales S.L.*
<https://www.eumed.net/libros-gratis/2017/1662/1662.pdf>
- Salas, E., Vieira, C. y Manzanares, E. (2022). *Addiction to social networks and loneliness in Lima university students.*
- Sánchez, C. Reyes, R. & Mejía, S. K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Universidad Ricardo Palma.*
- Stickelmann, S. (2018). *Estudio: 100.000 adolescentes son adictos a WhatsApp y otras redes sociales.*
- Trías, D. & Carbajal, M. (2020). *Adaptación de una escala de procrastinación académica para adolescentes de educación secundaria. Avances en Psicología Latinoamericana, 38(3), 36-51.*
- Valencia, R. y Cabero, J. (2019). *La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano.*
- Ventura, M. (2023). *Procrastinación académica en estudiantes de 1° a 4° ciclo del programa académico de Psicología, Universidad de Huánuco, Huánuco 2023.*

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Loarte Tiburcio, J.A (2026) *Adicción a las redes sociales y procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025* (Tesis de licenciatura, Universidad de Huánuco). Repositorio Institucional UDH. <http://>

ANEXOS

ANEXO 1.

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema General y Específicos	Objetivo General y Específicos	Hipótesis General y Específicas	Variables e Indicadores	Metodología	Técnica e Instrumentos
Problema general ¿Cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025? Problemas específicos ¿Cómo se relaciona la obsesión por las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025? ¿Cómo se relaciona el inadecuado control personal y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?	Objetivo general Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. Objetivo específico Analizar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. Identificar la relación entre el inadecuado control personal y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. Establecer la relación entre el uso excesivo de las plataformas digitales y la procrastinación en	Hipótesis general Hg: La adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. Hipótesis específica Ha1: La obsesión por las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025. Ha2: El inadecuado control personal se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.	Variable 1 Adicción de redes sociales Dimensiones: - Obsesión por las redes sociales - Inadecuado control personal - Uso excesivo de las plataformas digitales Variable 2 Procrastinación Dimensiones: - Postergación de Actividades - Autorregulación académica	Enfoque Cuantitativo Alcance o nivel correlacional Diseño Diseño no experimental transversal Tipo de muestreo Muestreo no probabilístico por convivencia Población La población está conformada por 165 estudiantes del nivel secundario. Muestra La muestra será conformada por	Técnica: Psicométrica Instrumento: - Escala de adicción a las redes sociales de Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas. - Escala de procrastinación académica (EPA)

¿Cómo se relaciona el uso excesivo de las plataformas digitales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025?

los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

Ha₃: El uso excesivo de las plataformas digitales se relaciona significativamente con la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

los 165
estudiantes del
nivel secundario.

ANEXO 2

INSTRUMENTOS

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social

--	--	--	--	--

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2025.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

Nº	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase					
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6.	Asisto regularmente a clases					
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

Gracias

ANEXO 3
CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2025.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.

Nombre y Apellidos

Firma

ANEXO 4

INSTRUMENTOS APLICADOS



ANEXO 2. Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

N°	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			x		
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.		x			
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		x			
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase		x			
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			x		
6.	Asisto regularmente a clases			x		
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.			x		
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan			x		
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			x		
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				x	
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.				x	
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.			x		
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra				x	
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.			x		
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.		x			
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		x			

Gracias



ANEXO 2. Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

Nº	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.		X			
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.			X		
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			X		
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase			X		
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			X		
6.	Asisto regularmente a clases			X		
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.			X		
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		X			
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio			X		
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.				X	
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.			X		
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra				X	
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.			X		
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.			X		
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.				X	

Gracias



ANEXO 2. Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

N°	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.		✓			
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.			✓		
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			✓		
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase			✓		
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.				✓	
6.	Asisto regularmente a clases			✓		
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.		✓			
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		✓			
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan		✓			
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		✓			
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.			✓		
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.			✓		
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra			✓		
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.			✓		
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.			✓		
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		✓			

Gracias



ANEXO 2. Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

N°	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.			X		
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.			X		
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		X			
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase		X			
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			X		
6.	Asisto regularmente a clases			X		
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.				X	
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan				X	
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan				X	
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				X	
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.			X		
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.				X	
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra				X	
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.			X		
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.				X	
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.				X	

Gracias



ANEXO 2. Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)

El presente cuestionario pretende Determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Raras veces - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

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



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

El presente cuestionario pretende determinar la relación de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, Huánuco 2024.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (x) según corresponda en cada ítem, no existen respuestas buenas ni malas, debe contestar todas las preguntas según corresponda.

1: Nunca - 2: Casi nunca - 3: A veces - 4: Casi siempre - 5: Siempre

N°	Procrastinación académica	1	2	3	4	5
1.	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.		x			
2.	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.		x			
3.	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			x		
4.	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase			x		
5.	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.			x		
6.	Asisto regularmente a clases			x		
7.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.			x		
8.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan		x			
9.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			x		
10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		x			
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.			x		
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.			x		
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra			x		
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.			x		
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.		x			
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.		x			

Gracias

ANEXO 5

CONSENTIMIENTO INFORMADO FIRMADO

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2024.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.


Nombre y Apellidos


Firma

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2024.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.


Nombre y Apellidos


Firma

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2024.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.


Nombre y Apellidos


Firma

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2024.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.

Nombre y Apellidos

Jorge Pardo Lino

Firma

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA AUGUSTO CARDICH LOARTE, HUÁNUCO 2024.

Investigador: Jhean Antoni Loarte Tiburcio

Apreciado alumno del nivel secundario de la Institución Educativa Augusto Cardich Loarte, de la ciudad de Huánuco; soy un estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciado en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo como participante de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te pido muy cordialmente desarrollar la Escala de adicción a las redes sociales y la escala de procrastinación académica (EPA), en forma anónima en un tiempo aproximado de 03 a 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad la adicción a las redes sociales y la procrastinación, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.

MARIO DE LOS ANGELES ALVARADO MARTEL
Nombre y Apellidos


Firma