



VICERRECTORADO ACADÉMICO

ESCUELA DE POSGRADO

TESIS

**PROCASTINACIÓN Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN
ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE ANTROPOLOGÍA UNSA,
AÑO 2023**

PRESENTADO POR:

BACH. JERSON ENRIQUE GUZMÁN COLLADO

ORCID: 0009-0009-0254-5083

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN
DOCENCIA UNIVERSITARIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

Línea de investigación: Desarrollo de una educación de calidad conectada
al empleo y el servicio a la sociedad.

ASESOR: Dr. MAXIMO RAMIREZ JULCA

Código ORCID: 0000-0002-1385-3139

AREQUIPA – PERÚ

2024




20% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 20 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 17%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 0% Publicaciones
- 17% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	
hdl.handle.net		12%
2	Trabajos del estudiante	
Universidad Alas Peruanas		2%
3	Internet	
www.repositorio.autonomadeica.edu.pe		1%
4	Internet	
repositorio.uap.edu.pe		<1%
5	Internet	
repositorio.uca.edu.ar		<1%
6	Internet	
repositorio.unsa.edu.pe		<1%
7	Trabajos del estudiante	
Universidad Internacional de la Rioja		<1%
8	Trabajos del estudiante	
Universidad Nacional del Centro del Peru		<1%
9	Internet	
repositorio.continental.edu.pe		<1%
10	Internet	
repositorio.upsjb.edu.pe		<1%
11	Internet	
repositorio.unsaac.edu.pe		<1%

12	Trabajos del estudiante	Universidad Ricardo Palma	<1%
13	Trabajos del estudiante	Universidad Católica San Pablo	<1%
14	Internet	repositorio.ucss.edu.pe	<1%
15	Internet	repositorio.upagu.edu.pe	<1%
16	Internet	repositorio.udch.edu.pe:4000	<1%
17	Publicación	Liuzė Agnė, Mongirdienė Aušra, Laukaitienė Jolanta. "Relationship between calc...	<1%
18	Trabajos del estudiante	Universidad Tecnológica del Perú	<1%
19	Internet	repositorio.usil.edu.pe	<1%

DEDICATORIA

Dedico este esfuerzo a mis amados padres, Adolfo y Violeta, a mis hijos y a Raquel, esposa amada mía... que siempre están a mi lado y me complazco en su compañía...

AGRADECIMIENTO

Al todo poderoso, a las autoridades académicas de UAP, a los maestros que me formaron en esta maestría, a mis compañeros que han fortalecido con sus experiencias mi labor profesional.

RECONOCIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento al equipo docente de la UAP, por su valiosa orientación, paciencia y apoyo a lo largo de este proceso de formación e investigación, también quiero agradecer a mis compañeros, sus aportes fueron de gran ayuda para enriquecer el contenido de este trabajo, sin su valiosa contribución, este proyecto no habría sido posible.

CONTENIDO

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RECONOCIMIENTO	iv
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA	15
1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	15
1.2.1. DELIMITACIÓN ESPACIAL	15
1.2.2. DELIMITACIÓN SOCIAL	16
1.2.3. DELIMITACIÓN TEMPORAL	16
1.2.4. DELIMITACIÓN CONCEPTUAL	16
1.3 PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN	16
1.3.1. PROBLEMA PRINCIPAL	16
1.3.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS	16
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	17
1.4.1. OBJETIVO GENERAL	17
1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	17
1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.5.1. JUSTIFICACIÓN	18
1.5.2. IMPORTANCIA	18
1.6. FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	19
1.7. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	20
2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	20
2.2. BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS	28
2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS	37
CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES	40
3.1. HIPÓTESIS GENERAL	40

3.2.	HIPÓTESIS SECUNDARIAS	40
3.3.	DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES	41
3.4.	CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	42
CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN		43
4.1.	TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN	43
4.1.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	43
4.1.2.	NIVEL DE INVESTIGACIÓN	43
4.2.	MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	44
4.2.1.	MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN	44
4.2.2.	DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	44
4.3.	POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN	45
4.3.1.	POBLACIÓN	45
4.3.2.	MUESTRA	45
4.4.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	46
4.4.1.	TÉCNICAS	46
4.4.2.	INSTRUMENTOS	46
4.4.3.	VALIDEZ Y CONFIABILIDAD	48
4.4.4.	PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS.	49
4.4.5.	ÉTICA EN LA INVESTIGACIÓN	49
CAPÍTULO V: RESULTADOS		50
5.1.	ANÁLISIS DESCRIPTIVO	51
5.2.	ANÁLISIS INFERENCIAL	63
CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN DE RESULTADOS		69
CONCLUSIONES		72
RECOMENDACIONES		74
FUENTES DE INFORMACIÓN		76
ANEXOS		81
1.	Matriz de consistencia	82
2.	Instrumento (s) de recolección de datos	83
3.	Consentimiento informado	86
4.	Validación de expertos	87
5.	Declaratoria de autenticidad del informe de tesis	98
6.	Autorización de la entidad donde se realizó el trabajo de campo	98

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	51
<i>Población de estudio según edad, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	51
Tabla 2	53
<i>Población de estudio según sexo, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	53
Tabla 3	54
<i>Población de estudio según Nivel de Autorregulación Académica, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	54
Tabla 4	56
<i>Población de estudio según Nivel de Postergación de Actividades, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	56
Tabla 5	58
<i>Población de estudio según Nivel de Procrastinación, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i> ..	58
Tabla 6	60
<i>Población de estudio según Nivel de Ansiedad ante los Exámenes, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	60
Tabla 7	63
<i>Correlación entre procrastinación y ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	63
Tabla 8	65
<i>Correlación entre procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	65
Tabla 9	67
<i>Correlación entre procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	67
Tabla 10	69
<i>Correlación entre procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	69
Tabla 11	71
<i>Correlación entre procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	71

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1	52
<i>Población de estudio según edad, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	52
Gráfico 2	53
<i>Población de estudio según sexo, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	53
Gráfico 3	55
<i>Población de estudio según Nivel de Autorregulación Académica, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	55
Gráfico 4	57
<i>Población de estudio según Nivel de Postergación de Actividades, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	57
Gráfico 5.	59
<i>Población de estudio según Nivel de Procrastinación, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i> ..	59
Gráfico 6.	61
<i>Población de estudio según Nivel de Ansiedad ante los Exámenes, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.</i>	61
Figura 7	64
<i>Gráfica de dispersión entre procrastinación y ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	64
Figura 8.....	66
<i>Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	66
Figura 9.....	68
<i>Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	68
Figura 10.....	70
<i>Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	70
Figura 11.....	72
<i>Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023</i>	72

RESUMEN

La investigación tuvo como **objetivo:** determinar la relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes Segundo y tercer semestre de la Escuela Profesional de antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa 2023. **Material y métodos:** es una investigación de tipo descriptivo, diseño Correlacional. La población estuvo conformada por 92 estudiantes del segundo y tercer semestre de la escuela profesional de antropología de la Universidad San Agustín. La muestra estará constituida por 74 estudiantes. El muestreo fue aleatorio simple. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX). Ambos instrumentos fueron validados por expertos. **Resultados:** el 66.2% de estudiantes tiene entre 21 y 25 años; 17,6% tiene entre 26 y 30 años; 13,5% tiene entre 18 y 20 años, y 2.7% tienen entre 31 y 35 años. El 59.5% son mujeres y el 40.5% hombres. El nivel de procrastinación de los estudiantes fue medio en el 70.3%, mientras que el 27.0% (n=20) tuvo un nivel alto. El 95.9% presentó un nivel bajo de autorregulación académica, mientras que el 4.1% no presentó procrastinación. El 79.7% presentó un nivel alto de postergación de actividades mientras que el 20.3% presentó un nivel medio. En cuanto al nivel de ansiedad ante los exámenes, el 71.6% no presentó algún nivel de ansiedad, el 25.7% tiene un nivel leve que no afecta el rendimiento académico, el 1,4% tienen un nivel leve y moderada que afecta el rendimiento académico respectivamente. Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,425, p: 0,000). Además, se encontró que existe relación entre la procrastinación y las dimensiones de la ansiedad ante exámenes: afectiva (Rho de Spearman: 0,512, p: 0,000), cognitiva (Rho de Spearman: 0,401, p: 0,000), conductual (Rho de Spearman: 0,422, p: 0,000), autoeficacia (Rho de Spearman: 0,534, p: 0,000). **Conclusión:** Existe relación estadísticamente significativa (p-valor = 0,000) entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes Segundo y tercer semestre de la Escuela Profesional de antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

Palabras clave: Procrastinación, ansiedad ante los exámenes, autorregulación académica, postergación de actividades.

ABSTRACT

The research aimed to: determine the relationship between procrastination and exam anxiety in students of the second and third semesters of the Professional School of Medical Technology at San Agustin University, Arequipa 2023. Material and methods: This is a descriptive, correlational design study. The population consisted of 92 students from the second and third semesters of the Professional School of Medical Technology at San Agustin University. The sample was comprised of 74 students. Simple random sampling was used. The instruments employed were the Academic Procrastination Scale (APS) and the Exam Anxiety Questionnaire (EAQ). Both instruments were validated by experts. Results: 66.2% of students are between 21 and 25 years old; 17.6% are between 26 and 30 years old; 13.5% are between 18 and 20 years old, and 2.7% are between 31 and 35 years old. 59.5% are women and 40.5% are men. The level of procrastination among students was medium in 70.3%, while 27.0% (n=20) had a high level. 95.9% presented a low level of academic self-regulation, while 4.1% did not show procrastination. 79.7% presented a high level of activity postponement while 20.3% presented a medium level. Regarding the level of exam anxiety, 71.6% did not present any level of anxiety, 25.7% have a mild level that does not affect academic performance, 1.4% have a mild and moderate level that affects academic performance respectively. It was found that there is a high level of relationship between procrastination and exam anxiety in students of the National University of San Agustin, Arequipa 2023 (Spearman's Rho: 0.425, p: 0.000). In addition, it was found that there is a relationship between procrastination and the dimensions of exam anxiety: affective (Spearman's Rho: 0.512, p: 0.000), cognitive (Spearman's Rho: 0.401, p: 0.000), behavioral (Spearman's Rho: 0.422, p: 0.000), self-efficacy (Spearman's Rho: 0.534, p: 0.000). Conclusion: There is a statistically significant relationship (p-value = 0.000) between procrastination and exam anxiety in students of the second and third semesters of the Professional School of Medical Technology at San Agustin University, Arequipa 2023.

Keywords: Procrastination, test anxiety, academic self-regulation, postponement of activities.

INTRODUCCIÓN

El propósito de este estudio es establecer la correlación entre la procrastinación y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes del segundo y tercer semestre de la Escuela Profesional de Antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa, en el año 2023.

La educación superior constituye uno de los pilares fundamentales de la sostenibilidad del país. En los claustros universitarios se desarrollan las competencias especializadas en cada rama del saber, con base científica y humanista para formar hombres y mujeres íntegros. Sin embargo, los estudiantes universitarios podrían portar consigo conductas negativas generadas previamente que podrían ser causa del fracaso académico. Una de estas conductas ha sido denominada procrastinación, es decir, postergación de actividades de índole académico para el último momento.

Las consecuencias de dicho vicio pudrían incluir otro problema también frecuente: la ansiedad ante los exámenes. Esta última es una respuesta de orden emocional como consecuencia de agentes amenazantes percibidos. La hipótesis del presente estudio busca demostrar que existiría relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes del segundo y tercer semestre de la escuela profesional de antropología, de la Universidad San Agustín de Arequipa.

En el primer capítulo se expone la descripción de la realidad problemática, en el que se explica la situación de la procrastinación en los estudiantes universitarios, así como la ansiedad ante los exámenes. También se plantean las preguntas de investigación, tanto la general como las específicas, el objetivo general y los objetivos específicos, la importancia del estudio, su factibilidad y sus limitaciones.

El segundo capítulo presenta la evolución del marco teórico, que abarca los antecedentes del problema en las últimas diez años, así como las fundamentaciones teóricas que definen las dimensiones e indicadores de cada variable.

En el tercer capítulo se postula la hipótesis de investigación, se proporciona una definición conceptual y operacional de cada variable, y se sugiere el esquema de operacionalización de las variables.

El cuarto capítulo aborda la metodología de investigación, específicamente su tipo, nivel y diseño. Además, se detalla la población, así como el cálculo del tamaño de la muestra y el procedimiento de muestreo.

. Asimismo, se describen las técnicas, e instrumentos empleados para el recojo de datos, su validez y confiabilidad, y la ética de la investigación.

En el capítulo quinto se presentan los resultados de la investigación, tanto el análisis descriptivo como el análisis inferencial, su descripción e interpretación.

En el capítulo sexto se expone la discusión de los resultados. Luego se presentan las conclusiones y recomendaciones.

Por último, se presenta la bibliografía empleada y los anexos del estudio: la matriz de consistencia; los instrumentos de recolección de datos; el consentimiento informado, el formato de validación del instrumento y la declaratoria de autenticidad de plan de tesis.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA

La procrastinación es una conducta frecuente en nuestro medio, consistente en postergar los deberes académicos para el último momento. El término proviene del verbo latino procrastinare que significa “dejar algo para el día siguiente”. Esta conducta es habitual en ámbitos académicos como las universidades.

En Inglaterra, Piers Steel (2007) ha identificado una tendencia predominante hacia la procrastinación en la población universitaria. Se calcula que entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios de inglés experimentan comportamientos dilatorios en algún momento, el 75% se autodefine como procrastinador y el 50% a menudo aplaza la dedicación a sus estudios (Steel, 2007, págs. 3-5).

Estos datos son sumamente preocupantes, considerando que se evidencia un comportamiento desadaptativo con múltiples repercusiones adversas para el estudiante, incluyendo un rendimiento académico deficiente (53.7%), malestar emocional (48.1%), ansiedad y percepción de fracaso (37.4%), entre otros (Clariana, Cladellas, Gotzens, & Badia, 2014, pág. 8).

En investigaciones realizadas en España, se ha observado que las evaluaciones pueden desempeñar un papel significativo en la generación de ansiedad en el 65% de los estudiantes universitarios de dicha nación (Lotz & Sparfeldt, 2017, págs. 397-400; Arana & Furlan, 2016, págs. 169-173). Además, se ha observado que las mujeres universitarias españolas tienden a experimentar niveles de ansiedad superiores a los hombres españoles, debido a diferencias ligadas al sexo en lo referente a la respuesta a la ansiedad (Jiménez, Lozano, & Montes, 2016; Nuñez, Suárez, & Roser, 2016, págs. 154-160).

En Lima, Perú, se ha observado que la ansiedad provocada por las evaluaciones es más pronunciada entre los estudiantes de Derecho (Collado, 2014), Ingenierías, Medicina y Psicología que en estudiantes que estudien Enfermería (Alí & Chambi, 2016, pág. 24).

En Arequipa se ha observado que, de los 134 alumnos analizados, provenientes de distintas carreras profesionales de la Universidad Nacional de San Agustín, presentan niveles de ansiedad entre moderado (57,3%) y alto (19,4%) antes de ser evaluados con un examen (Villarrubia, 2019, pág. 13).

Además, se ha observado que la ansiedad ante las evaluaciones se correlaciona con variables como la procrastinación (p -valor < 0.05) en estos estudiantes (Vallejos, 2015); o con la funcionalidad familiar (p -valor < 0.05) (Ching, 2015, pág. 2).

Por lo anteriormente expuesto, se llevó a cabo una investigación sobre la correlación entre la procrastinación y la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de la Escuela Profesional de Antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa, en el año 2023.

1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. DELIMITACIÓN ESPACIAL

La presente investigación se desarrolló en el interior de la Universidad San Agustín Arequipa. Calle Santa Catalina Nro. 117, Cercado-Arequipa.

1.2.2. DELIMITACIÓN SOCIAL

El estudio tiene como delimitación social a los estudiantes de la Facultad de Antropología, de la Universidad San Agustín Arequipa. La unidad de análisis de la investigación estuvo compuesta por dichos estudiantes de la Universidad San Agustín de Arequipa, desde 1er hasta el 8vo ciclo que cursaban clases entre setiembre y diciembre de 2023.

1.2.3. DELIMITACIÓN TEMPORAL

Esta investigación se llevó a cabo en un intervalo de tiempo de septiembre del 2023 a diciembre del 2023.

1.2.4. DELIMITACIÓN CONCEPTUAL

Esta investigación abarca dos conceptos fundamentales: el primero es la procrastinación y los niveles en que se puede encontrar el estudiante; y el segundo es la ansiedad ante los exámenes, que constituirían un agente ansiógeno importante.

1.3. PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN

1.3.1. PROBLEMA PRINCIPAL

¿Cuál es el nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?

1.3.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- a) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?
- b) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de

San Agustín de Arequipa 2023?

- c) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?
- d) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- d) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.
- e) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.
- f) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.
- g) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. JUSTIFICACIÓN

a) Justificación teórica

Desde un punto de vista teórico, este estudio aporta significativamente al campo de la psicología y la educación, proporcionando una mayor comprensión de la relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes. La procrastinación es un fenómeno ampliamente estudiado en la literatura psicológica, y la ansiedad ante los exámenes es un tema de gran relevancia en el ámbito educativo. Sin embargo, su interacción y cómo influyen mutuamente en el rendimiento académico de los estudiantes es un campo que requiere mayor investigación. Este estudio contribuirá a la comunidad científica peruana y mundial al proporcionar datos empíricos sobre la relación entre estos dos factores en un contexto específico, como es el de los estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Los resultados podrían servir como base para futuros estudios interdisciplinarios en psicología educativa y pedagogía, así como para desarrollar intervenciones específicas que aborden la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes.

b) Justificación metodológica

En cuanto a la justificación metodológica, este estudio se basa en la aplicación de métodos estadísticos sólidos y pertinentes para analizar la relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes. La elección de una metodología rigurosa y la recopilación de datos empíricos confiables garantizarán que los resultados obtenidos sean válidos y generalizables. La utilización de métodos estadísticos avanzados permitirá no solo describir la relación entre las variables, sino también identificar posibles factores de confusión y analizar la complejidad de esta interacción. Esto contribuirá a la robustez de los hallazgos y a la calidad de la investigación en general.

c) Justificación social

Desde una perspectiva social, este estudio aborda un problema que afecta directamente a la población objetivo, es decir, a los estudiantes universitarios. La procrastinación y la ansiedad ante los exámenes pueden tener un impacto negativo en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Al comprender mejor estos fenómenos y su relación, se pueden desarrollar estrategias de apoyo más efectivas para los estudiantes, lo que conllevará a una población estudiantil más saludable y académicamente exitosa. La contribución social de esta

investigación se extiende a la comunidad educativa, a las instituciones de salud mental y a la sociedad en general. La implementación de intervenciones basadas en evidencia derivadas de este estudio puede tener un impacto positivo en la calidad de vida de los estudiantes universitarios y, en última instancia, en el desarrollo de la sociedad en Arequipa y más allá.

d) Justificación práctica

Desde una perspectiva práctica, este estudio reviste gran importancia en el contexto de la educación superior. La procrastinación y la ansiedad ante los exámenes son desafíos comunes que enfrentan los estudiantes, y comprender su relación puede tener un impacto directo en la práctica clínica y en la gestión de la salud mental de los estudiantes universitarios. La identificación de niveles de procrastinación y ansiedad específicos en esta población permite a las instituciones académicas y profesionales de la salud mental adaptar sus enfoques y servicios para abordar estas problemáticas de manera más efectiva. Además, el estudio puede contribuir a mejorar la preparación de los estudiantes y su rendimiento académico, lo que en última instancia beneficiará al sistema de educación superior en Arequipa y, por extensión, al sistema educativo en Perú.

1.5.2. IMPORTANCIA

La relevancia del estudio radica en que dará a conocer una realidad poco conocida en nuestro medio, esto es, la procrastinación y su relación con la ansiedad ante los exámenes. Es pertinente con la maestría en docencia universitaria y gestión educativa porque se centra en la valoración de una conducta ejercida por los estudiantes como es la procrastinación y una emoción intensa frente a los exámenes escritos, es decir la ansiedad.

1.6. FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

La factibilidad del estudio está garantizada porque se cuenta con la autorización del director general de la Universidad San Agustín para la aplicación de los instrumentos de medición. Asimismo, se cuenta con la opinión favorable por parte del revisor metodólogo de la escuela de posgrado de la UAP. Finalmente

se cuenta con instrumentos validados a nivel internacional adaptados para la realidad peruana, lo que garantiza su validez y confiabilidad interna.

1.7. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

A pesar de su relevancia, el estudio presenta ciertas limitaciones que deben ser consideradas:

Limitaciones Económicas: La realización de un estudio en profundidad y exhaustivo que involucre una población considerable de estudiantes y la aplicación de cuestionarios y pruebas puede requerir recursos financieros significativos. La obtención de financiamiento adecuado para llevar a cabo el estudio de manera exhaustiva podría ser un desafío, y las limitaciones presupuestarias podrían afectar la capacidad de realizar un muestreo más amplio o la aplicación de metodologías más costosas.

Limitaciones Bibliográficas: Aunque se cuenta con una base sólida de investigaciones previas sobre procrastinación y ansiedad ante los exámenes, existe la posibilidad de que algunas fuentes relevantes no estén disponibles o no sean accesibles, lo que podría limitar la revisión exhaustiva de la literatura y, por ende, influir en la fundamentación teórica del estudio.

Limitaciones Relacionadas con el Tiempo: La recolección de datos en un contexto universitario puede verse afectada por limitaciones de tiempo, especialmente en lo que respecta a la disponibilidad de los participantes. Los estudiantes pueden estar sujetos a plazos académicos y períodos de exámenes que restrinjan su participación activa en el estudio. Esto podría requerir una programación cuidadosa y la adaptación de horarios para minimizar posibles conflictos.

Además, se debe considerar el grado de confiabilidad de las respuestas presentadas por los estudiantes, lo cual será controlado gracias a la aplicación de instrumentos anónimos que garanticen la protección de datos sensibles.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

2.1.1. INTERNACIONALES

Murillo & Montes (2018) en su investigación titulada “La relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en universitarios”, buscaron evidenciar que la ansiedad incide con mayor prevalencia en los estudiantes de segundo año de carrera, atribuible a la adaptación y la interacción con otros elementos de su vida, factores que pueden desencadenar trastornos si no se implementan estrategias para abordar la ansiedad ante esta nueva transformación. Los autores subrayan que en los últimos años académicos, la prevalencia de ansiedad y estados depresivos en la población juvenil ha experimentado un incremento. Esta situación se debe a la exposición a estímulos académicos adversos, tales como: las evaluaciones, la sobrecarga de tareas y el limitado tiempo disponible para su presentación, docentes problemáticos, el sistema evaluativo, o las mismas inseguridades que el estudiante pueda experimentar en alguna materia o en su propio desarrollo personal. La contribución de esta disertación es notable dado que la solución propuesta es accesible para cualquier estudiante universitario, permitiéndole seleccionar estrategias que se ajusten a sus intereses y, sobre todo, que puedan facilitar una adaptación rápida a la institución universitaria, evitando así una reducción en su

desempeño académico y promoviendo un mejor desempeño académico (Murillo & Montes, 2018).

Garzón A, De la Fuente J. & Acelas L. (2019). En su investigación Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos. Se caracteriza la dimensionalidad de las razones para procrastinar; la frecuencia de la procrastinación; la asociación entre la procrastinación con el rendimiento académico y malestar psicológico y las posibles diferencias por variables sociodemográficas, en un grupo de universitarios colombianos. En esta investigación participaron 300 estudiantes de dos universidades, entre el primero y el décimo semestre. Se aplicó la versión en español de la Procrastination Assessment Scale-Students (PASS). Para el procesamiento de datos se emplearon el Análisis Factorial Confirmatorio, estadísticos descriptivos y correlacionales, comparación de medias (prueba t) y Bootstrap. Una estructura de tres subescalas explicó las razones para procrastinar y entre la mitad de la muestra presentan valores elevados en estas. El área de mayor frecuencia de procrastinación son las tareas académicas y de asistencia; se encontraron notables diferencias por género y por dedicación al estudio; así mismo se obtuvieron asociaciones significativas entre la procrastinación, el rendimiento académico y el malestar psicológico (Garzón A, De la Fuente J. & Acelas L. 2019)

Main, C. & Sione, C. (2019) en su estudio titulado ‘Ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera’ plantean la necesidad de describir y comparar los niveles de ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios del primer y último año de formación. De igual manera, es crucial identificar qué tipo de procrastinación (académica o general) se correlaciona de manera más significativa con la ansiedad ante exámenes en estos estudiantes. El muestreo seleccionado fue de tipo intencional no probabilístico, compuesto por 103 estudiantes en el primer año de la carrera y 68 en el último, durante el año académico 2019. Este conjunto total ascendió a 171 estudiantes pertenecientes a las Licenciaturas en Psicopedagogía, Psicología y Abogacía de la Universidad Católica Argentina, Facultad “Teresa de Ávila” de la Ciudad de Paraná. Se trata de una investigación que se caracteriza por ser descriptiva, correlacional, transversal y de

campo. Con el objetivo de cuantificar las variables señaladas, se emplearon los instrumentos siguientes: Adaptación Argentina del Inventario Alemán de Ansiedad ante los Exámenes (GTAI-AR), Escala de Procrastinación General (EPG), Escala Argentina de Procrastinación Académica adaptada a la población (ATPS). En lo que respecta al procesamiento de datos, se utilizó el programa de cálculos Statistical Package For The Social Science (SPSS). Los hallazgos obtenidos evidenciaron que los grados de ansiedad ante exámenes, procrastinación general y procrastinación académica son superiores en los alumnos del primer año de estudios, con una diferencia notable en las escalas gestionadas con los estudiantes del último año. La ansiedad ante exámenes se vincula con ambos tipos de procrastinación; no obstante, se evidencia una correlación ligeramente más pronunciada con la procrastinación académica (Main, C. & Sione, C. 2019)

Altamirano, C. & Rodríguez, M. (2021). En su estudio titulado ‘Procrastinación académica y su relación con la ansiedad’. Se alude a que la dilación académica representa un desafío que impacta a los estudiantes universitarios. El propósito de este estudio fue establecer la correlación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua – Ecuador, a través de una investigación cuantitativa, de alcance descriptivo y correlacional, y de corte transversal, en una muestra de 50 estudiantes. Se aplicó la Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA) y la Escala de Valoración para la Ansiedad de Hamilton, respectivamente. En ambas dimensiones de la Procastinación Académica, se observó una predominancia del nivel promedio en la postergación de actividades y un valor cercano en la autorregulación estudiantil. En relación con la prevalencia del nivel leve de ansiedad y las diferencias significativas en función del sexo, el nivel severo experimentó una mayor incidencia en las mujeres en comparación con los hombres. Se observaron discrepancias notables entre las medias de las dos dimensiones de procrastinación académica en relación con el semestre, destacando que la postergación de actividades se incrementó en el noveno; mientras que, el estado de autorregulación fue menor en los participantes del primero. La correlación resultó estadísticamente significativa entre postergación de actividades y ansiedad (Altamirano, C. & Rodríguez, M. 2021).

Espailat, L. & Pintor, M. (2022) en su investigación *Relación entre procrastinación académica, ansiedad y regulación emocional*, Este estudio tuvo como objetivo principal determinar si existe una relación estadísticamente significativa entre las variables de procrastinación académica, ansiedad y regulación emocional. Para este estudio se tuvo como muestra a estudiantes de la carrera de psicología de las diferentes universidades de Santo Domingo, con un margen de edad entre los 18 y los 23 años. Este estudio fue de tipo correlacional y las variables fueron medidas a través de diferentes instrumentos, tales como: la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998), el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross & John, 2003) en la versión adaptada al castellano (Rodríguez-Carvajal, Moreno- Jiménez & Garrosa, 2006) y por último la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung (W. Zung, 1971). Los resultados que se obtuvieron mostraron correlaciones negativas media entre las variables de procrastinación académica y regulación emocional. Esto quiere decir que, a mayor procrastinación académica menos regulación emocional o viceversa. Sin embargo, no se encontraron correlaciones significativas entre la ansiedad y las demás variables (Espailat L. & Pintor M, 2022)

2.1.2. NACIONALES

López J. (2018) desarrolló un estudio acerca del nivel de ansiedad y su relación con el rendimiento académico en alumnos de la carrera profesional de psicología perteneciente a la universidad Norbert Wiener de la ciudad de Lima, para obtener el grado académico de Magister en Psicología. Esta investigación es correlacional y de diseño observacional 203 estudiantes del 1° al 5° año, la muestra a 133 estudiantes por muestreo probabilístico aleatorio estratificado. El instrumento empleado fue la escala STAI de Ansiedad Estado/Rasgo de Spielberger. Esta tesis aporta a la presente investigación la demostración de la relación negativa que tiene la ansiedad de estado o provocada y la ansiedad de rasgo o intrínseca al sujeto de los estudiantes universitarios con el rendimiento académico (López, 2018).

Abado Begazo, X. (2018) en su tesis acerca de la procrastinación académica y la ansiedad por exámenes del segundo año de la escuela profesional de psicología,

tuvo como finalidad identificar la correlación entre la conducta de procrastinación y la ansiedad frente a los exámenes de los estudiantes de segundo año de la Escuela Profesional de Psicología de la mencionada universidad. La muestra estudiada fue de 143 alumnos del segundo año. La metodología corresponde al tipo descriptivo, diseño correlacional. Aplicó dos instrumentos validados para la recolección de la información. La autora ha encontrado que existe correlación significativa entre las dos variables de estudio. Asimismo, encontró una correlación directa entre estas dos variables, es decir que a mayor procrastinación de actividades académicas mayores niveles de ansiedad. Esta tesis es relevante porque sugiere que la procrastinación, es decir el postergar los deberes para el último momento constituyen una práctica común en estudiantes arequipeños, lo que ulteriormente agravaría su ansiedad (Abado, 2018).

Marquina R, Horna V, Eduardo & Huairé, E. (2018). En su investigación Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. En la que se tuvo como objeto determinar la relación existente entre procrastinación académica y ansiedad en un grupo de estudiantes universitarios ingresantes en una universidad privada de Lima Metropolitana. Se empleó un diseño no experimental de tipo correlacional. Los instrumentos de medida empleados fueron la escala de procrastinación académica (EPA) adaptada por Álvarez (2010) y la escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung adaptada por Astocondor (2001). El análisis de ellos, dieron como resultado poner en evidencia que las variables de procrastinación académica y ansiedad presentaban una correlación negativa, no obstante, los puntajes de ansiedad y procrastinación académica son moderados. Finalmente se concluye por tanto que, los estudiantes que procrastinan no presentan ansiedad debido posiblemente a que la actitud de procrastinar no afecta su desempeño y tampoco es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad (Marquina R, Horna V, Eduardo & Huairé, E. 2018)

Estrada E. & Mamani H. (2020). En su investigación llamada Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. Tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad en los estudiantes de la carrera profesional de Educación de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. El enfoque que se le dio a esta

investigación fue cuantitativo, el diseño no experimental y el tipo correlacional. La muestra fue constituida por 220 estudiantes a quienes se les aplicó la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung, instrumentos con la validez y confiabilidad requerida. Los resultados indican que cerca la mitad de los estudiantes presentan un alto nivel de procrastinación académica, y menos de la mitad tienen un nivel moderado de ansiedad, así mismo se determinó estadísticamente que existe una relación directa y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad. finalmente se concluyó que cuanto más procrastinaren los estudiantes, sus niveles de ansiedad serán más altos (Estrada E. & Mamani H. 2020).

Querevalú, F, & Echabaudes, R. (2020). En su tesis, Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima se tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de tercero, cuarto y quinto año del nivel de secundaria, en donde se empleó la metodología de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional, ya que no se maniobraron las variables, se midió en un momento determinado y se busca determinar si existe relación entre la procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes. Los instrumentos que se emplearon fueron Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de autoevaluación de la Ansiedad ante Exámenes (IDASE). La muestra estuvo conformada por 280 estudiantes de dos colegios adventistas de Lima, que oscilan entre las edades de 14 y 17 años de ambos sexos. En la cual se tuvo como resultado que, si existe relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes, así como en su dimensión de postergación de actividades y ansiedad ante los exámenes. Finalmente, se halló que la dimensión de autorregulación académica no se relaciona con la ansiedad ante los exámenes. Por lo que se concluye indicando que, si existe relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en los estudiantes del nivel secundario (Querevalú, F, & Echabaudes, R. 2020)

2.1.3. LOCALES

Sulio (2018) en su tesis titulada *Procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes universitarios de psicología del penúltimo año de una universidad de Arequipa–2018*, en Arequipa, Perú. El objetivo del estudio fue identificar la relación existente entre dichas variables, la muestra estuvo conformado por 120 estudiantes del penúltimo año académico, de cuatro salones divididos en secciones de A, B, C y D. Se utilizó un diseño no experimental, de corte transversal, de tipo descriptivo correlacional, donde se aplicó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), distribuidos en dos dimensiones (autorregulación académica y postergación de actividades). Los resultados evidencian que existe una relación estadísticamente significativa, entre procrastinación académica y el rendimiento académico ($p=0.00$) ($p<0.01$), dicha relación es inversamente proporcional, debido a que el coeficiente de correlación obtenido entre ambas variables es de -0.409 . Se concluyó, que a altos puntajes en procrastinación académica se asocian a puntajes bajos en el rendimiento académico y viceversa.

Abado (2018) en su tesis titulada *Procrastinación académica y la ansiedad por exámenes del segundo año de la escuela profesional de psicología*, tuvo como finalidad identificar la correlación entre la conducta de procrastinación y la ansiedad frente a los exámenes de los estudiantes de segundo año de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. La muestra estudiada fue de 143 alumnos del segundo año. La metodología corresponde al tipo descriptivo, diseño correlacional. Aplicó dos instrumentos validados para la recolección de la información. La autora ha encontrado que existe correlación significativa entre las dos variables de estudio. Asimismo, encontró una correlación directa entre estas dos variables, es decir que a mayor procrastinación de actividades académicas mayores niveles de ansiedad. Esta tesis es relevante porque sugiere que la procrastinación, es decir el postergar los deberes para el último momento constituyen una práctica común en estudiantes arequipeños, lo que ulteriormente agravaría su ansiedad.

Huillca (2017) realizó una investigación para establecer como el clima familiar influye en el grado de ansiedad de los postulantes a la UNSA en Arequipa, el año 2016. Su objetivo fue determinar dicha influencia entre estas dos variables. Tuvo

una muestra de 366 postulantes a las tres áreas de dicha universidad (Sociales, Ingenierías y Biomédicas). La metodología empleada fue Descriptiva – Explicativa, relacional, de corte transversal. La autora ha encontrado que un 52.6% de la muestra estudiada presentó un clima social familiar inadecuado, el cual influye directamente en la ansiedad-rasgo. Asimismo, un 38.0% presenta un grado elevado y un 13.3% un grado medio de ansiedad. Finalmente, la autora ha encontrado que 51.3% del total de los postulantes eran más vulnerables al estrés. Además, la ansiedad-estado era alta en un 34.3%, mientras que era de nivel medio el 18.0%. Esta tesis es relevante porque muestra que los postulantes presentan un tipo de emoción específica que depende de un evento concreto representado por los exámenes.

Concha (2016) en su tesis titulada *ansiedad cognitiva en el examen nacional en estudiantes del décimo semestre de la facultad de enfermería de la Universidad Católica de Santa María Arequipa 2015*. Su objetivo fue precisar la ansiedad cognitiva en el examen nacional de enfermería en estudiantes del décimo semestre de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María e identificar los aspectos de ansiedad cognitiva que son de mayor predominio, de manera que constituya una respuesta emocional o de patrón de respuestas que engloba aspectos cognitivos, fisiológicos y motores que pueden alterar el desempeño personal, familiar y académico. Es probable que los niveles de ansiedad cognitiva moderados o severos disminuyan el rendimiento frente al examen nacional de enfermería. Dicha investigación se realizó durante los meses de octubre a febrero, emplea la metodología descriptiva, para la cual se aplicó la técnica del cuestionario y como instrumento el formulario o cedula de preguntas de manera transversal de esta investigación. Los resultados indican que la ansiedad cognitiva en las estudiantes de enfermería es moderada antes de rendir el examen nacional.

Ccama (2015) en su tesis titulada *Sonidos binaurales y niveles de ansiedad ante los exámenes en postulantes a la universidad, Arequipa, Perú*. Su objetivo fue Evaluar la eficacia de la aplicación de sonidos binaurales para reducir los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes postulantes al examen de admisión a la universidad. Se trabajó con una muestra de 40 postulantes. Los resultados indican que después de cuatro sesiones con el grupo experimental se comprobó la eficacia

de la aplicación de sonidos binaurales para reducir los síntomas de niveles altos de ansiedad ante los exámenes mediante la comparación del pre y el post test tomados a ambos grupos.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. Concepto de procrastinación

La procrastinación se ha caracterizado como "la postergación voluntaria de una tarea o acción que se tenía la intención de realizar, a pesar de esperar resultados adversos como consecuencia de esta conducta". (Steel, 2007, pág. 66). El origen del término se remonta al latín procrastinare, con el prefijo pro que denota "impulso o movimiento hacia adelante, a favor de" y crastinus que se refiere al futuro. (Real Academia Española, 2014).

Aunque la postergación es un componente común del rendimiento humano, implicando la decisión de ejecutar una tarea en lugar de otra con el objetivo de obtener resultados más favorables, la procrastinación se manifiesta cuando, a pesar de la intención de llevar a cabo la tarea, se aplaza su inicio, desarrollo o culminación. (Steel, The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical review of quintessential self-regulatory failure, 2007, pág. 41). La intención inicial para llevar a cabo la acción reviste importancia en el contexto de la procrastinación, dado que la procrastinación evidencia específicamente una discrepancia entre la intención y la acción. (Steel, 2001, pág. 14).

El término procrastinación proviene del verbo latino procrastinare que significa 'dejar algo para el día siguiente'. La procrastinación es la tendencia a demorar el inicio o la finalización de tareas importantes hasta el punto de la incomodidad (Solomon & Rothblum, 1984). Steel y Ferrari (2012), dos autores destacados en este campo definen la procrastinación como una insuficiencia en los procesos de autorregulación, que provoca la demora voluntaria de actividades planificadas, aunque se anticipe una situación peor como consecuencia de la demora. Un tipo de procrastinación es la académica, definida como una demora innecesaria e injustificada de las tareas relacionadas con los estudios.

2.2.1.2. Clasificación de la procrastinación

Según Schouwenburg (2004) La procrastinación académica se clasifica en dos categorías: la esporádica y la crónica. La dilación académica ocasional, también denominada conducta dilatoria, se refiere a un comportamiento puntual y vinculado a tareas académicas específicas, atribuible a deficiencias en la administración del tiempo.

En cambio, la procrastinación académica crónica es el hábito generalizado de demorar la dedicación al estudio (Clariana, 2009, pág. 46).

Otra clasificación frecuentemente empleada es la que distingue dos tipos de procrastinadores: el tipo arousal y el tipo evitativo (Ferrari, 1992; Ferrari, Barnes, & Steel, 2009, pág. 13). El individuo procrastinador de tipo arousal posterga las tareas para experimentar emociones, con la convicción de que logra resultados superiores bajo condiciones de presión. En contraposición, el tipo evitativo posterga las tareas con el objetivo de esquivar sus propias limitaciones y prevenir el fracaso, probablemente debido a una baja autoestima y autoconfianza. (Grunschel, Patrzek, & Fries, 2012; Tibbett & Ferrari, 2015 pág. 35).

No obstante, se ha puesto en duda esta clasificación en varias investigaciones, llegando a la conclusión de que la procrastinación es siempre una demora irracional e injustificada (Simpson & Pychyl, 2009; Steel, 2010 pág. 56).

2.2.1.3. Dimensiones de la procrastinación

Según Schouwenburg (2004) considerando la característica multidimensional de la procrastinación, esta podría definirse en base a cuatro dimensiones: dimensión afectiva, cognitiva, conductual y dimensión de la autoeficacia:

La dimensión afectiva de la procrastinación se centra en las emociones y sentimientos asociados con la postergación. Los individuos que procrastinan a menudo experimentan emociones negativas como la ansiedad, la culpa y la frustración. La relación entre la procrastinación y estas emociones es bidireccional, ya que las emociones negativas pueden conducir a la procrastinación, y a su vez, la procrastinación puede intensificar estas

emociones. Los mecanismos afectivos pueden actuar como un ciclo perpetuador de la procrastinación, lo que dificulta su superación. (Simpson & Pychyl, 2009; Steel, 2010).

La dimensión cognitiva de la procrastinación se refiere a los patrones de pensamiento y creencias que influyen en el comportamiento postergador. Los individuos que procrastinan a menudo tienen tendencia a la evitación de tareas desagradables y al deseo de gratificación inmediata. También pueden ser propensos a la ilusión de control, creyendo que pueden realizar la tarea de manera efectiva en el último momento. Estos sesgos cognitivos contribuyen a la procrastinación y pueden dificultar la adopción de estrategias más efectivas para el manejo del tiempo. (Simpson & Pychyl, 2009; Steel, 2010).

La dimensión conductual de la procrastinación se refiere a la ejecución o falta de ejecución de tareas postergadas. Los individuos procrastinadores tienden a posponer actividades importantes, lo que a menudo resulta en la realización apresurada o la omisión de tareas. Esta conducta puede tener efectos negativos en áreas como el rendimiento académico, laboral y las relaciones personales. Los patrones de procrastinación crónica pueden llevar a la pérdida de oportunidades y la acumulación de estrés. (Clariana, 2009).

La dimensión de autoeficacia se relaciona con la creencia de una persona en su capacidad para llevar a cabo una tarea específica. La baja autoeficacia puede ser un factor contribuyente a la procrastinación, ya que los individuos que no confían en su habilidad para completar una tarea pueden posponerla indefinidamente. Aumentar la autoeficacia a través de la adquisición de habilidades y la autoevaluación positiva puede ser una estrategia eficaz para abordar la procrastinación. (Clariana, 2009).

Es importante destacar que estas dimensiones no son independientes y están interconectadas. Por ejemplo, las emociones negativas pueden influir en los patrones de pensamiento y en la toma de decisiones conductuales. La falta de autoeficacia puede agravar la evitación de tareas desafiantes. Comprender la interacción entre estas dimensiones es esencial para desarrollar intervenciones efectivas para la procrastinación. (Ferrari, 1992; Ferrari, Barnes, & Steel, 2009)

2.2.2. Concepto de ansiedad

Para el famoso neurocientífico Joseph LeDoux, (2015) La ansiedad se define como una emoción inherente, es decir, se manifiesta inherentemente. Los conceptos de ansiedad y angustia han sido frecuentemente intercambiados, dado que ambos derivan de la misma raíz latina "anxietas", que se refiere a la agitación, alteración del ánimo o inquietud. Por otro lado, el término Angustia se deriva de la palabra latina "angor", o angosto. Como han elucidado los autores, la alegría se define como lo amplio, mientras que lo angosto se define como la angustia.

De acuerdo a uno de los más importantes estudiosos de las emociones, el neurocientífico portugués Antonio Damasio, La ansiedad es una emoción secundaria inherente a cada individuo y puede ser interpretada como una reacción emocional ante un estímulo que constituye un riesgo para su integridad física. (Bear, Connors, & Paradiso, 2016, pág. 24).

Marina, (2015) ha explicado que El origen del término angustia se clarifica al examinar su antónimo, alegría, que en latín se denomina Laetitia o lo abierto, lo amplio. Lo contrario a lo angosto o angustia sería lo angosto, es decir, lo cerrado o lo estrecho.

Por lo tanto, la angustia se define como una emoción de preocupación intensa que genera alteraciones fisiológicas y psicológicas, cuyo resultado puede ser la desesperación y el fracaso académico.

2.2.2.1. Ansiedad y miedo

La ansiedad se define como el temor agudo y persistente que experimenta un individuo en respuesta a determinados eventos específicos que se manifiestan como una amenaza. Como explica el psicólogo y filósofo italiano Umberto Galimberti (2018, pág. 24), La ansiedad es una emoción inherente que surge cuando el sujeto experimenta una amenaza inminente o una amenaza en proximidad.

Es imperativo, sin embargo, diferenciar la ansiedad del miedo.

Efectivamente, en la vida diaria, los estados de ansiedad y temor no se distinguen completamente, dado que ambas emociones identifican la amenaza como única causa, y ante ella, ambas anticipan su respuesta. Por lo tanto, la distinción reside en la naturaleza intrínseca de la anticipación. (LeDoux, 2015, pág. 32).

Por lo tanto, en el temor, la anticipación se asocia con una amenaza contemporánea que provocará ciclos específicos y predecibles; en contraposición, en la ansiedad, la anticipación se vincula con la incertidumbre respecto a las repercusiones de dicha amenaza (LeDoux, 2015, pág. 33).

2.2.2.2. Factores etiológicos de la ansiedad

La ansiedad aparece como consecuencia de la conjunción de 3 factores según Baeza (citado por Maguiña, Sullca, & Verde, 2018, pág. 6):

- a) Factores predisponentes:** se refiere al fenómeno conocido como ansiedad de rasgo. Este elemento es intrínseco al individuo y está influenciado por la herencia y el entorno en el que se desarrolló. En otras palabras, posee una predisposición variable para manifestar y cultivar una respuesta ansiosa ante estímulos particulares que son interpretados como amenazas reales o potenciales. En este contexto, se consideran factores como la personalidad del individuo, su historial clínico, el legado parental y el aprendizaje social.

Este factor propicia una respuesta ansiosa más pronunciada en el individuo, lo que lo vuelve más susceptible a estímulos que, para otros, no inducen tal respuesta. Estos individuos suelen mantenerse en un estado de alerta constante, lo que les genera un malestar tanto psicológico como físico. Se encuentran condicionados y predispositos a manifestar respuestas exageradas ante los agentes ambientales que representan amenazas.

- b) Factores de activación:** se refieren a las circunstancias tangibles o potenciales que propician la respuesta ansiógena en el individuo. Estos elementos pueden incluir el carácter del educador, la capacidad de exposición ante un público, la competitividad, o en el contexto actual, las evaluaciones tanto orales como escritas. En cada uno de estos casos, la respuesta siempre

se mantiene idéntica, en términos de intensidad y en manifestaciones tanto físicas como psicológicas.

- c) **Factores de mantenimiento:** Estos factores pueden ser incorporados a los ya citados, manteniendo o potenciando la respuesta ansiógena del sujeto. En términos generales, si el factor de activación que desencadenó la respuesta ansiosa no se resuelve adecuadamente, se manifiesta el factor de mantenimiento. Si la ansiedad perdura a pesar de la incapacidad para resolver los factores desencadenantes, entonces se transforma de una emoción desagradable en un trastorno médico conocido como trastorno por ansiedad (Maguiña, Sullca, & Verde, 2018, pág. 2).

2.2.2.3. Ansiedad ante los exámenes

Las evaluaciones o exámenes académicos constituyen la fase final del proceso de enseñanza-aprendizaje, cuyo objetivo es corroborar si el estudiante ha logrado adquirir una competencia específica, o simplemente si ha asimilado un contenido específico. A pesar de la existencia de la denominada evaluación continua, las evaluaciones periódicas persisten como una metodología frecuentemente empleada en las instituciones universitarias.

Según Domínguez, (2016) las evaluaciones pueden ser de naturaleza oral o escrita, teóricas o prácticas, para citar los más frecuentemente presentados. Habitualmente se planifican con antelación, aunque existen exámenes imprevistos o no programados. En los currículos, comúnmente se señala el calendario de evaluaciones a los estudiantes y, a pesar de no ser un suceso inesperado, genera una serie de emociones en el estudiantado, predominantemente ansiedad. Los estudiantes frecuentemente responden a una respuesta que se ha clasificado técnicamente como afrontamiento o coping, en contraste con aquellos que se refieren a una respuesta de afrontamiento o coping.

Por consiguiente, la ansiedad ante las evaluaciones debe ser interpretada como una respuesta fisiológica del organismo humano a un riesgo, que se manifiesta a través de un examen. Se distingue por una inquietud persistente y recurrente en relación con las evaluaciones escritas. El sujeto interpreta

dichas evaluaciones como un peligro para su rendimiento académico, lo que provoca síntomas como nerviosismo, sudoración, cefalea, tensión muscular, entre otros. (Casari, Anglada, & Daher, 2014, pág. 11).

La ansiedad ante los exámenes puede comprenderse mejor si se estudian sus dimensiones o componentes estructurales. Tales dimensiones son cuatro, a saber: la preocupación; las reacciones fisiológicas; los tipos de examen y las respuestas evitativas. Se verá cada una de ellas:

- a) Preocupación:** Viene del latín *praeoccupatio*, vinculada a generar zozobra o nerviosismo. La preocupación es una reacción automática cuya finalidad es resolver los problemas. Cuando la preocupación se debe a sucesos que tienen pocas posibilidades de solución, se convierte en patológica (Sánchez, 2008, pág. 4).

Para Redolar, (2014) las preocupaciones afectan la salud física y emocional y puede revelar un trastorno de ansiedad, al generar dos hormonas fundamentales en el organismo que son nocivos para la salud. Para Sapolsky, (2013) estas hormonas son: la adrenalina y el cortisol.

Según Sapolsky (2013), las preocupaciones las generan los conflictos o los problemas, es decir, aquellas situaciones que no se pueden enfrentar y resolver. El exceso de esta genera dolor psicológico, diferente al dolor físico, pero igual de limitante. Se trata básicamente de sufrimiento, agotamiento, negatividad, desánimo.

- b) Reacciones fisiológicas:** Se refiere a las respuestas orgánicas inducidas por la tensión exacerbada que el estudiante experimenta. El organismo humano reacciona mediante la fisiología o funcionalidad de sus órganos. Inicialmente, cualquier indicio de amenaza provoca la liberación de dos hormonas: una catecolamina denominada adrenalina, secretada por la medula de las glándulas suprarrenales, y un glucocorticoide denominado cortisol, secretado por la corteza suprarrenal (Sapolsky, 2013, pág. 142).

La adrenalina estimula los receptores del sistema nervioso simpático, cuyos efectos podemos agruparlos en cardiovasculares, digestivos, musculares,

respiratorios y del sistema nervioso central. En el sistema cardiovascular provoca incremento de la frecuencia cardíaca, con taquicardias superiores a los 80 latidos por minuto. En las arterias provoca contracción de los vasos, o vasoconstricción, provocando un incremento de la presión arterial o hipertensión arterial. En el tubo digestivo provoca relajación del musculo liso, y contracción de esfínteres. Por lo tanto, pueden presentarse estreñimiento, indigestión, dispepsia, llegando incluso a la gastritis y úlcera péptica (Sapolsky, 2013, pág. 201).

Desde una perspectiva muscular, la adrenalina propicia un incremento en la contracción muscular. La tensión muscular producida de este modo facilita la preparación para el escape y la protección frente al riesgo. Desde una perspectiva respiratoria, la adrenalina induce un estado de hiperventilación o taquipnea. La finalidad de esta respuesta consistiría en el aumento de la oxigenación sanguínea que alcanzará los músculos.

El incremento en la actividad del sistema nervioso central se manifiesta en los sistemas de alerta, atención, agudeza visual y cognición. Mediante la activación de estos sistemas, se optimiza la formulación de estrategias de evasión o de afrontamiento. La contracción de las glándulas sudoríparas se añade a estos síntomas (Sapolsky, 2013, pág. 242).

Para Barraza, (2006) si se suman la taquicardia, le hiperventilación, la diaforesis, principalmente en las manos, la tensión muscular en la región del cuello y espalda, temblores y agitación se tendrá una clásica respuesta de ansiedad. Estas manifestaciones clínicas pueden agravarse a tal punto que se convierten en verdaderos trastornos como las cefaleas, la hipertensión arterial, llegando a las crisis histéricas.

En contraposición, se tiene atención al cortisol. Esta sustancia de carácter hormonal provoca respuestas metabólicas de gran relevancia. Efectivamente, su secreción induce la liberación de glucosa de los almacenes orgánicos (músculos e hígado), mediante un proceso conocido como glucolisis. Por lo tanto, se observa un incremento en los niveles de glucosa en el torrente sanguíneo o hiperglucemia. El objetivo de este fenómeno es proporcionar al

organismo energía abundante para su utilización por el cerebro y los músculos, facilitando así la evasión del peligro..

Asimismo, Redolar, (2014) menciona que el cortisol provoca elevación de la presión arterial y el mantenimiento de la vigilia. Entonces si se suman los efectos de ambas sustancias, adrenalina y cortisol, se tiene un potente aliado para la conjura del peligro. No obstante, si este peligro rebasa las posibilidades, o si es sostenido en el tiempo, como en el presente caso, sus efectos pueden ser y de hecho son deletéreos para la persona.

c) Situaciones y tipo de exámenes: Las situaciones son los factores exteriores o del entorno académico desencadenantes de una respuesta de ansiedad. Los tipos de exámenes también pueden desencadenar estados de ansiedad. Es público y notorio que los exámenes escritos ejercen una particular tensión sobre los estudiantes al presentarse como un desafío muchas veces de gran dificultad. Son ejemplos los exámenes de admisión a instituciones universitarias. Por otro lado, se deben indicar los aspectos del entorno académico que ejercen presión en el estudiante, que se resumen en los siguientes:

- La cantidad de contenidos correspondientes a cada disciplina académica que se le encarga de estudiar, junto con las prácticas y tareas sugeridas por el profesorado. Efectivamente, el volumen de tareas académicas y asignaciones suele ser copioso y altamente exigente. El nivel académico exigido frecuentemente sobrepasa el propio del estudiante, teniendo en cuenta primordialmente la realidad escolar de la que muchos de ellos provienen, con una formación insuficiente en numerosos campos del saber, sin mencionar sus hábitos y comportamientos..
- La exigencia impuesta de concentrarse en cada tarea que se le deja; y el temor de no poder responder a esta exigencia, e incapacidad para controlar emociones y sentimientos asociados a la ansiedad. En este punto es menester incorporar el poderoso efecto que han tenido y tienen las nuevas tecnologías, principalmente las redes sociales. Estas últimas y los servicios en red son un estímulo muy poderoso que produce en el estudiante una

distracción permanente. Se ha indicado a la multitarea como aquel fenómeno caracterizado por la realización simultánea de más de una actividad, que aparentemente produciría una ventaja pues se pueden realizar varias cosas a la vez, sin embargo, cuando las tareas múltiples sobrepasan un umbral determinado, se tiene un decremento de la calidad de los productos de dichas actividades. En el caso de los estudiantes, es frecuente que durante la realización de las tareas se presente este fenómeno y en consecuencia se agregue mayor ansiedad a la ya sufrida.

- Las evaluaciones o la modalidad de examen que los educadores llevan a cabo, estableciendo su autoridad y responsabilidad. En esta sección se pueden citar las evaluaciones orales que pueden intensificar la dificultad cognitiva, la presión derivada de la evaluación directa del profesorado y la observación de los pares.
- El excesivo número de estudiantes que impiden una relación mucho más personalizada con el docente (Jackson, 2008). El tipo de examen hace referencia a las modalidades en las que puede rendirse una evaluación académica, y cuyos efectos pueden variar considerablemente. Se trata por ejemplo de exámenes orales, escritos, exposiciones finales, exámenes con jurado, etc. cada uno de ellos comporta un nivel distinto de ansiedad.

d) Respuesta de evitación: es una forma de afrontamiento invertido, en virtud del cual el estudiante que percibe la situación ansiógena, como por ejemplo la cercanía del examen que debe rendir, realiza actividades diversas a las que cabría esperar en una situación análoga. En muchas ocasiones esta respuesta es inconsciente. Por ejemplo, el estudiante suele realizar alguna actividad física, salir con sus amigos, entretenerse en otras cosas, etc. (Redolar, 2014), señala que el afrontamiento a su vez se subdivide en dos momentos importantes, a saber: la anticipación y la confrontación. A continuación, se exponen en detalle:

- **La anticipación:** implica la preparación física y psicológica del estudiante en vista de la cercanía del examen. En términos generales, se prepara para

su evaluación mediante el estudio o revisión de los contenidos impartidos en clase. No obstante, en nuestra realidad peruana, los estudiantes tienden a posponer los estudios hasta el último momento, fenómeno conocido como procrastinación. Ejecuta una serie de rituales, frecuentemente de manera inconsciente. En la cercanía de la evaluación, la tensión tiende a ser elevada, se recurre a estrategias de emergencia, se recurre al plagio, por ejemplo, o se establecen acuerdos con colegas para que les asistan durante la ejecución de la prueba escrita, por citar algunas ejemplos.

- **Confrontación:** En este momento se desarrollan tres estrategias básicas: la preparación para el examen; la evitación y la búsqueda de ayuda. En la primera estrategia simplemente comienzan a estudiar y a prepararse para la evaluación, de este modo reducen la ansiedad. En la segunda, realizan cualquier forma de actividad que les permita olvidar la evaluación y en consecuencia despejan su mente de todo pensamiento que los conduzca a dicho estímulo. Es frecuente observar cómo eligen ir a compromisos sociales, o se entretienen en videojuegos, redes digitales, etc.

En la tercera estrategia, se recurre a la asistencia de terceros para proporcionar orientación, asistencia o solucionar las dificultades inherentes al estudio para el examen. Es habitual que se orienten hacia las opciones más sencillas, desestimando aquellas que requieran esfuerzo. En este tercer escenario, la asistencia requerida se fundamentaría en razones instrumentales, es decir, a disipar interrogantes acerca de los contenidos del examen y a mejorar la comprensión de los conceptos que serán objeto de evaluación. No obstante, también son motivados por factores emocionales, es decir, la percepción de que no se encuentran solos en la tarea. (Stöber, 2014, pág. 32).

2.2.2.4. Dimensiones de la ansiedad ante los exámenes

Stöber (2014), describe que, para abordar de manera integral este fenómeno, es esencial considerar las dimensiones afectiva, cognitiva, conductual y de autoeficacia que lo componen. La dimensión afectiva de la ansiedad ante los exámenes se relaciona con las emociones y sentimientos experimentados por

los estudiantes. Estos pueden incluir miedo, aprensión, nerviosismo y preocupación. La ansiedad afectiva puede variar en intensidad y duración, y a menudo se desencadena por la anticipación de situaciones evaluativas. La respuesta emocional puede ser debilitante y dificultar la concentración y el desempeño en el examen.

La dimensión cognitiva de la ansiedad ante los exámenes se refiere a los patrones de pensamiento que acompañan a esta ansiedad. Los estudiantes ansiosos a menudo tienen pensamientos negativos y autocríticos sobre su capacidad para realizar el examen con éxito. Pueden anticipar escenarios catastróficos, como el fracaso total, lo que aumenta la ansiedad. La preocupación excesiva por el rendimiento puede distraer a los estudiantes y afectar su capacidad para recordar la información. (Redolar, 2014)

La dimensión conductual de la ansiedad ante los exámenes se manifiesta en comportamientos observables. Estos comportamientos pueden incluir procrastinación, evitación de la preparación para el examen, síntomas físicos como temblores o sudoración, y dificultad para concentrarse durante el examen. La conducta ansiosa puede interferir en el rendimiento y dificultar la demostración precisa del conocimiento adquirido. (Redolar, 2014)

La dimensión de autoeficacia se relaciona con la creencia de los estudiantes en su capacidad para afrontar y superar los desafíos de los exámenes. Los estudiantes con baja autoeficacia pueden experimentar una mayor ansiedad ante los exámenes, ya que dudan de su capacidad para tener éxito. La mejora de la autoeficacia a través de estrategias de estudio efectivas y la adquisición de habilidades de afrontamiento puede reducir la ansiedad ante los exámenes. (Sapolsky, 2013)

Estas dimensiones no son independientes, sino interdependientes. La ansiedad afectiva puede influir en los patrones de pensamiento negativo y en la conducta de evitación, mientras que la baja autoeficacia puede amplificar la respuesta emocional y cognitiva. Comprender cómo estas dimensiones interactúan es fundamental para desarrollar intervenciones efectivas para manejar la ansiedad ante los exámenes. (Sapolsky, 2013)

2.3. Definición de términos básicos

2.3.1. Procrastinación en su dimensión afectiva

Esta dimensión de procrastinación se centra en las respuestas emocionales relacionadas con la tendencia a posponer las tareas y responsabilidades. Incluye la sensación de disfrutar la emoción o el desafío de esperar hasta el último minuto para completar una tarea, así como la lucha contra el aburrimiento o la falta de interés que puede llevar a posponer las tareas. Las emociones juegan un papel importante en el comportamiento procrastinador. (Zambrano, 2021)

2.3.2. Procrastinación en su dimensión cognitiva

Esta dimensión explora los aspectos cognitivos de la procrastinación, como la preparación previa a los exámenes, la lectura de materiales asignados y la búsqueda de ayuda cuando se tienen dificultades para entender algo. Las respuestas cognitivas incluyen la capacidad de mantener la motivación y el ritmo de estudio, así como la capacidad de autorregulación cognitiva para evitar la procrastinación. (Reyes, 2020)

2.3.3. Procrastinación en su dimensión conductual

La procrastinación en esta dimensión se relaciona con comportamientos específicos de postergación, como dejar las tareas para el último minuto, aplazar trabajos o lecturas, o evitar completar el trabajo asignado en cursos que no son de agrado. Estos comportamientos son indicativos de la tendencia a retrasar la acción y pueden tener un impacto negativo en la eficacia y el rendimiento. (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021)

2.3.4. Procrastinación en su dimensión de autoeficacia

La dimensión de autoeficacia se enfoca en la percepción de control y la capacidad de terminar las tareas con antelación. Incluye la habilidad de revisar tareas antes de entregarlas y la tendencia a no dejar las cosas para el último momento. La autoeficacia se relaciona con la confianza en la capacidad de realizar las tareas con éxito y evitar la procrastinación. (Hidalgo-Fuentes et al., 2022)

2.3.5. Ansiedad ante exámenes en su dimensión afectiva

La dimensión de autoeficacia se enfoca en la percepción de control y la capacidad de terminar las tareas con antelación. Incluye la habilidad de revisar

tareas antes de entregarlas y la tendencia a no dejar las cosas para el último momento. La autoeficacia se relaciona con la confianza en la capacidad de realizar las tareas con éxito y evitar la procrastinación. (Sairitupac et al., 2020)

2.3.6. Ansiedad ante exámenes en su dimensión cognitiva

La dimensión de autoeficacia se enfoca en la percepción de control y la capacidad de terminar las tareas con antelación. Incluye la habilidad de revisar tareas antes de entregarlas y la tendencia a no dejar las cosas para el último momento. La autoeficacia se relaciona con la confianza en la capacidad de realizar las tareas con éxito y evitar la procrastinación. (Ruiz-Segarra, 2020)

2.3.7. Ansiedad ante exámenes en su dimensión conductual

La dimensión de autoeficacia se enfoca en la percepción de control y la capacidad de terminar las tareas con antelación. Incluye la habilidad de revisar tareas antes de entregarlas y la tendencia a no dejar las cosas para el último momento. La autoeficacia se relaciona con la confianza en la capacidad de realizar las tareas con éxito y evitar la procrastinación. (Amaral y Germinario, 2019)

2.3.8. Ansiedad ante exámenes en su dimensión de autoeficacia

La dimensión de autoeficacia se enfoca en la percepción de control y la capacidad de terminar las tareas con antelación. Incluye la habilidad de revisar tareas antes de entregarlas y la tendencia a no dejar las cosas para el último momento. La autoeficacia se relaciona con la confianza en la capacidad de realizar las tareas con éxito y evitar la procrastinación. (Ávila-Toscano et al., 2021)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. HIPÓTESIS GENERAL

H₁: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

3.2. HIPÓTESIS SECUNDARIAS

- a) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.
- b) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva

de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

- c) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.
- d) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

3.3. DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES

3.2.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL

a) VARIABLE X: Procrastinación:

Se refiere a la deficiencia en los procesos de autorregulación que resulta en la postergación voluntaria de actividades previstas, a pesar de que se prevé una situación más adversa como resultado de dicha demora (Steel & Ferrari, 2012).

b) VARIABLE Y: Ansiedad ante los exámenes:

El temor intenso y persistente que un estudiante experimenta en circunstancias de evaluación en el contexto educativo. Se manifiestan diversas expresiones en los ámbitos emocional, fisiológico, motor y psicológico. (Hernández et al. 1994).

3.3.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL

a) VARIABLE X: Procrastinación:

El nivel de procrastinación se mide con la Escala de Procrastinación Académica de Busko Adaptada para Perú (2010).

b) VARIABLE Y: Ansiedad ante los exámenes:

La ansiedad ante los exámenes se mide con un Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) adaptado por el investigador.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	INSTRUMENTO	ÍTEM	ESCALA
Variable X Procrastinación		1. Procrastinación en su dimensión afectiva 2. Procrastinación en su dimensión cognitiva. 3. Procrastinación en su dimensión conductual 4. Procrastinación en su dimensión de autoeficacia	El nivel de procrastinación se mide con la Escala de Procrastinación Académica de Busko Adaptada para Perú (2010)	La categorización de indicadores se realizará luego de la Baremación: -Procrastinación leve -Procrastinación moderada -Procrastinación severa	Escala de Procrastinación Académica de Busko, D. Adaptada para Perú (2010)	1,2,3,4	Ordinal
						5,6,7,8	
						9,10,11,12	
						13,14,15,16	
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	INSTRUMENTO	ÍTEM	ESCALA
Variable Y Ansiedad ante los exámenes	Miedo intenso y persistente que experimenta un estudiante universitario, en situaciones de evaluación dentro del ámbito educativo. (Hernández et al. 1994).	5. Ansiedad ante exámenes en su dimensión afectiva 6. Ansiedad ante exámenes en su dimensión cognitiva. 7. Ansiedad ante exámenes en su dimensión conductual 8. Ansiedad ante exámenes en su dimensión de autoeficacia	La ansiedad ante los exámenes se mide con una versión adaptada por el investigador del Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX)	La categorización de indicadores se realizará luego de la Baremación: -Ansiedad ante los exámenes leve -Ansiedad ante los exámenes moderada -Ansiedad ante los exámenes severa.	Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) (Valero, 1997) Adaptado por el investigador	1,2,3,4	Ordinal
						5,6,7,8	
						9,10,11,12	
						13,14,15,16	

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

El enfoque de la investigación fue cuantitativo. El enfoque cuantitativo de investigación es una metodología que se basa en la recolección y análisis de datos numéricos para describir, explicar o predecir fenómenos. En este enfoque, se utilizan técnicas estadísticas y matemáticas para recopilar datos de manera estructurada y objetiva, lo que permite la medición precisa de variables y la realización de análisis cuantitativos. Las características principales del enfoque cuantitativo incluyen: objetividad y replicabilidad, medición precisa, generalización de resultados, énfasis en la validez y la confiabilidad, y análisis estadístico. Se recolectan datos de manera objetiva, generalmente a través de instrumentos estandarizados como cuestionarios o pruebas, lo que permite que otros investigadores puedan replicar el estudio y obtener resultados similares. Las variables se miden de manera precisa y se expresan en términos numéricos, facilitando el análisis estadístico. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

4.1. Tipo y nivel de investigación

4.1.1. Tipo de investigación

La modalidad de investigación se clasifica como básica, ya que busca describir y examinar sistemáticamente un conjunto de hechos vinculados con otros fenómenos, tal como se presenta en el presente caso, con el objetivo de enriquecer el acervo científico (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

4.1.2. Nivel de investigación

El grado de investigación es descriptivo, ya que permitió la descripción de un fenómeno o circunstancia a través del examen del mismo en condiciones temporales y espaciales específicas. Además, se trata de una investigación correlacional que busca establecer la correlación entre la variable “procrastinación” y la variable “ansiedad ante los exámenes” (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

4.2. Método y diseño de la investigación

4.2.1. Método de la investigación

a) Método general:

El método hipotético deductivo se adoptó como estrategia general, ya que su implementación se basó en la observación de la realidad problemática, la formulación de una explicación plausible del problema o hipótesis, la deducción lógica de dicha hipótesis y su comprobación (aceptación o rechazo) a través del análisis estadístico.

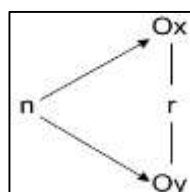
(Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

b) Método específico:

El análisis estadístico se utilizó como método específico. Se emplearon frecuencias y porcentajes, junto con medidas de tendencia central para la recolección de datos descriptivos. La evaluación de la hipótesis se realizó mediante el uso de la estadística inferencial, utilizando el estadístico Chi cuadrado (χ^2).

4.2.2. Diseño de la investigación

La presente investigación se enmarca dentro del diseño Correlacional, dado que cuantifica las dos variables objeto de estudio y posteriormente establece la correlación entre las mismas (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014). La



representación del diseño de la investigación es la siguiente:

Donde:

n = muestra

Ox = Variable Procrastinación

Oy = Variable Ansiedad ante los exámenes

r = Relación

4.3. Población y muestra de la investigación

4.3.1. Población

La población se define como el conjunto completo de elementos de análisis a los que se alude en el estudio (Bernal, 2016, pág. 210).

En el caso presente, la población objeto de estudio se compone de 92 estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa, durante el periodo 2023.

4.3.2. Muestra

Es la porción de la población que se calcula para luego medir las variables de estudio (Bernal, 2016, pág. 208).

Para establecer la magnitud de la muestra y asegurar su representatividad, se recurrió a la ecuación estadística de poblaciones finitas, es decir, cuando se tiene conocimiento del número total de unidades de análisis. (Córdova, 2009, pág. 85).

$$n = \frac{N(Z^{\alpha/2})^2}{4NE^2 + (Z^{\alpha/2})^2}$$

Donde:

N= población

$Z^{\alpha/2}$ = nivel de confianza

E= nivel de error

$$n = \frac{92 (1.96)^2}{4 (92) (0.05)^2 + (1.96)^2}$$

$$\underline{n = 74}$$

La muestra estuvo constituida por 74 estudiantes del segundo y tercer semestre de la escuela profesional de Antropología de la Universidad San Agustín de Arequipa.

4.3.3. Muestreo:

El muestreo constituye la metodología utilizada para la selección de la muestra (Bernal, 2016, pág. 70). La modalidad de muestreo seleccionada para este estudio es aleatoria simple.

4.4. TÉCNICAS INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

4.4.1. Técnicas:

La metodología empleada para la recolección de datos es la Encuesta. Este método consiste en la implementación de un cuestionario de preguntas que se imprime en formularios o cédulas (Bernal, 2016, pág. 117).

- La Encuesta: Se trata de un procedimiento para la recopilación de datos que emplea un cuestionario de preguntas que se imprime en formularios o cédulas. (Bernal, 2016, pág. 118).

La aplicación de encuestas puede considerarse un modo de observación en el sentido de que implica la observación sistemática y estructurada de ciertos aspectos de interés, como las respuestas de los encuestados, sus comportamientos y actitudes. Cuando los encuestadores administran las encuestas, están observando las respuestas de los participantes, así como también pueden observar el entorno y las condiciones en las que se lleva a cabo la encuesta. Por lo tanto, la aplicación de encuestas es una forma de observación, pero en este contexto se refiere más específicamente a la recolección de datos mediante cuestionarios estructurados.

- **La observación:** La observación en términos de investigación se refiere al proceso sistemático y metódico de recopilación de datos a través de la observación directa y detallada de eventos, comportamientos, situaciones o fenómenos en un entorno específico. En la investigación, la observación se utiliza para obtener información precisa y objetiva sobre lo que ocurre en el mundo real, sin la influencia de la interpretación subjetiva del observador. La observación como método de investigación puede ser cualitativa o cuantitativa. En la observación cualitativa, se registran descripciones detalladas y narrativas de los eventos o comportamientos observados, lo que permite comprender el contexto y la complejidad de la situación. Por otro lado, en la observación cuantitativa, se utilizan categorías predefinidas y escalas de medición para registrar datos numéricos, lo que facilita el análisis estadístico y la obtención de resultados cuantificables.(Bernal, 2016, pág. 119).

4.4.2. Instrumentos:

Un instrumento de investigación es una herramienta diseñada y utilizada para recopilar datos de manera sistemática y objetiva en un estudio o investigación. Puede ser un cuestionario, una entrevista estructurada, una escala de medición, un dispositivo de medición, una guía de observación u otro medio que permita obtener información relevante para los objetivos de la investigación. Estos instrumentos son fundamentales para garantizar la validez y confiabilidad de los datos recopilados. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

La Escala de Procrastinación Académica y el Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) son dos instrumentos fundamentales utilizados en este estudio para evaluar la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en 2023. Ambos instrumentos constan de una serie de ítems diseñados para medir diferentes dimensiones de estos dos constructos.

La Escala de Procrastinación Académica consta de 16 ítems agrupados en cuatro dimensiones: Afectiva, Cognitiva, Conductual y Autoeficacia. Cada ítem presenta una afirmación relacionada con la procrastinación académica, y los participantes deben indicar en una escala de cinco puntos (desde "Nunca" hasta "Siempre") con

qué frecuencia experimentan ese comportamiento o sentimiento en relación con sus tareas académicas. La estructura de la escala permite evaluar la procrastinación en sus diversas dimensiones, lo que proporciona una visión más completa de este fenómeno. Los puntajes se suman para cada dimensión y se pueden analizar por separado para comprender en qué áreas los estudiantes muestran una mayor tendencia a procrastinar. Además, el puntaje total de procrastinación se calcula sumando todos los ítems, lo que proporciona una medida global de procrastinación.

Para completar la Escala de Procrastinación Académica, los participantes leen cada ítem y seleccionan la respuesta que mejor refleje su comportamiento o sentimiento en relación con la tarea académica en cuestión. Los puntajes se suman para cada dimensión y se calcula un puntaje total de procrastinación. Una puntuación alta en una dimensión específica indica una mayor tendencia a la procrastinación en esa área particular. Por ejemplo, una puntuación alta en la dimensión Afectiva sugiere que el estudiante tiende a postergar tareas debido a factores emocionales. La interpretación de los resultados implica analizar las dimensiones individualmente y en conjunto para comprender mejor el perfil de procrastinación de un estudiante.

El Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) consta de 16 ítems divididos en cuatro dimensiones: Afectiva, Cognitiva, Conductual y Autoeficacia. Cada ítem describe una situación relacionada con la ansiedad ante los exámenes, y los participantes deben puntuar la frecuencia con la que experimentan ansiedad en esas situaciones en una escala de 0 a 5, donde 0 representa "Nunca me ocurre" y 5 "Siempre me ocurre". Para completar el CAEX, los participantes leen cada situación y seleccionan el número que mejor refleje su grado de ansiedad en esa circunstancia. Los puntajes se suman para cada dimensión y se pueden analizar por separado para comprender en qué áreas los estudiantes experimentan una mayor ansiedad ante los exámenes. Una puntuación alta en una dimensión específica indica un mayor nivel de ansiedad en esa área particular. Por ejemplo, una puntuación alta en la dimensión Afectiva sugiere que el estudiante experimenta una fuerte ansiedad en respuesta a factores emocionales relacionados con los exámenes. La interpretación de los resultados implica analizar las

dimensiones individualmente y en conjunto para comprender mejor el perfil de ansiedad ante los exámenes de un estudiante.

- a) **Variable X:** Escala de Procrastinación Académica de Deborah Ann Busko Adaptada para Perú (2010).
- b) **Variable Y:** Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX). Adaptada en la presente investigación.

4.4.3. Validez y confiabilidad

Los instrumentos empleados para el presente estudio han sido validados por cinco expertos de la Universidad San Agustín, para los propósitos de este estudio, se cuenta con la opinión favorable de todos los participantes. Las fichas de verificación están disponibles en los anexos. Para valorar la confiabilidad se usará el coeficiente alfa de

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left(\frac{\sum_{i=1}^K \sigma_{Y_i}^2}{\sigma_X^2} \right) \quad \text{Cronbach.}$$

4.4.4. Plan de análisis de datos

El análisis de datos se realizó en el programa estadístico IBM SPSS versión 26. Se realizó un análisis exploratorio para las variables de interés donde se utilizaron tablas y gráficas para describirlas. En tal sentido, para las variables cualitativas se utilizaron frecuencias y porcentajes. Los datos numéricos fueron sometidos a un análisis de normalidad, donde se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual tuvo un p menor a 0,05, por lo que se consideró que los datos siguieron una distribución asimétrica. Para las variables principales, se realizó una baremación basada en los valores máximo, mínimo, Percentil 30 y Percentil 70, para establecer las escalas de las variables en sus indicadores de “leve”, “moderado” y “severo”. El análisis inferencial se realizó con el coeficiente de Spearman debido a que los datos no seguían una distribución normal, con un p menor a 0,05. (Córdova, 2009, pág. 125).

4.4.5. Ética en la investigación

Este estudio fue orientado por las directrices éticas establecidas por la Universidad San Agustín en relación con la ejecución de investigaciones. Por consiguiente, se proporcionó a los participantes la totalidad de la información pertinente acerca del

propósito del estudio, la utilización de los datos y la protección de los mismos, además de la participación voluntaria en el mismo. Se recurrió al consentimiento informado, el cual debió ser firmado y aprobado por parte del estudiante siendo esta condición necesaria para participar en la investigación.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

En el presente capítulo se presentan los resultados obtenidos luego de la aplicación de los instrumentos de medición. Dichos instrumentos fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Ansiedad Ante Exámenes (CAEX). Estos fueron aplicados a los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín, Arequipa, 2023.

Para el análisis de los datos sociodemográficos como edad y sexo, se utilizaron medidas de frecuencia y porcentajes, así como medidas de tendencia central como la media aritmética (\bar{X}), y de dispersión como la desviación estándar (σ). Para la correlación de variables y la prueba de hipótesis se utilizó el estadígrafo chi cuadrado de Pearson (X^2).

Los resultados se presentan en tablas descriptivas y de doble entrada, así como gráficos tipo histogramas, para una mejor lectura.

5.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO

Tabla 1

Población de estudio según edad, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

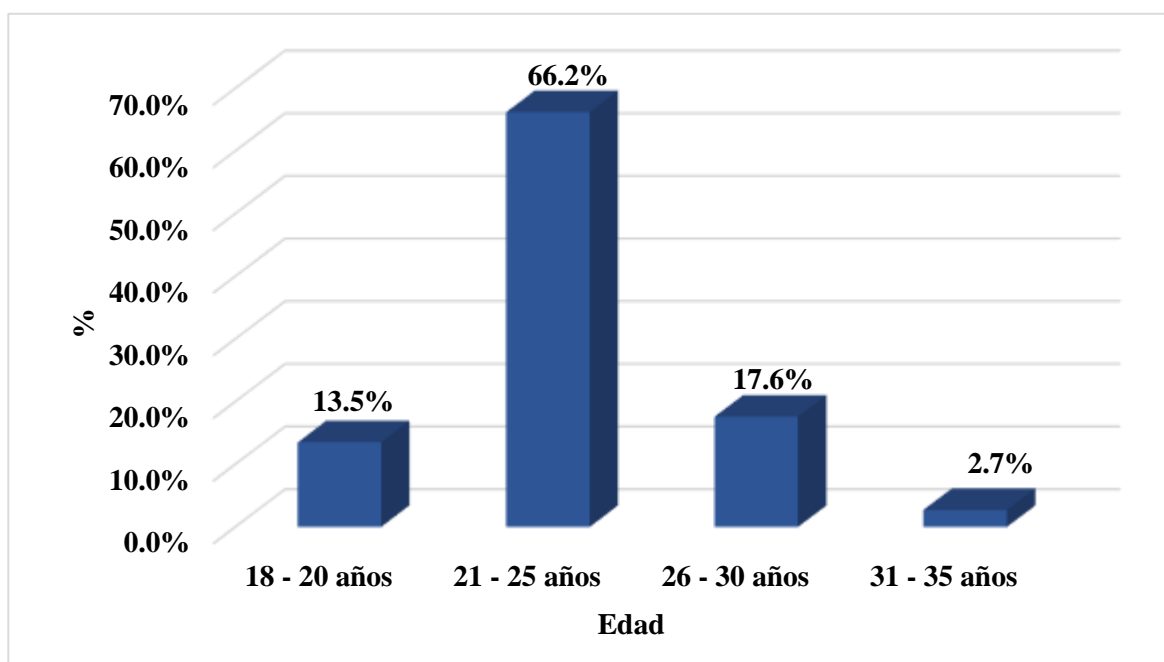
Edad	fi	%	% válido	% acumulado
18 - 20	10	13,5	13,5	13,5
21 - 25	49	66,2	66,2	79,7
26 - 30	13	17,6	17,6	97,3
31 - 35	2	2,7	2,7	100,0
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

$$\bar{X} = 23.55; \quad \sigma = 3.167$$

Gráfico 1

Población de estudio según edad, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



Fuente: encuesta, elaboración propia

INTERPRETACIÓN

En la tabla 1 se puede observar que, en cuanto a la edad, el 66.2% de los alumnos de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín filial Arequipa tienen una edad que fluctúa entre los 21 y los 25 años; el 17,6% tiene una edad entre los 26 y 30 años; el 13,5% edades entre 18 y 20 años, mientras que un 2.7% tienen una edad entre los 31 y 35 años. El promedio de la edad de los estudiantes encuestados es de 23,55 años, con una desviación estándar de 3.167 años.

Tabla 2

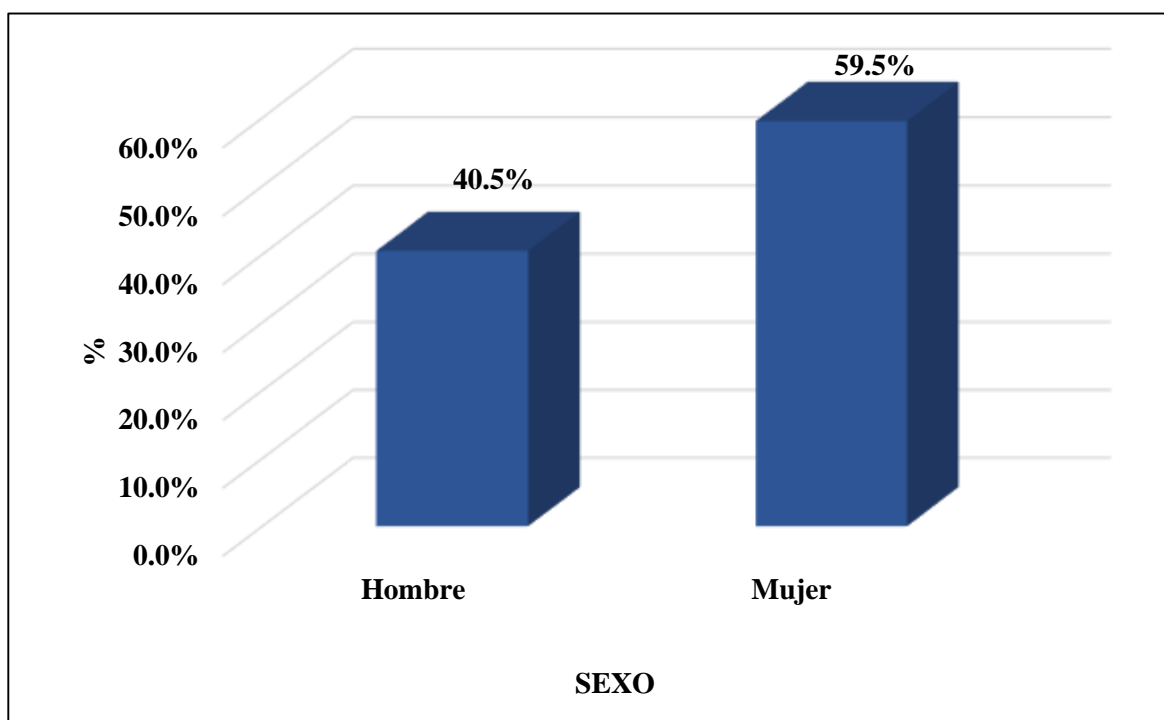
Población de estudio según sexo, Universidad San Agustín, Arequipa 2023

Sexo	fi	%	% válido	% acumulado
Mujer	44	59,5	59,5	100,0
Hombre	30	40,5	40,5	40,5
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

Gráfico 2

Población de estudio según sexo, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



INTERPRETACIÓN

En la tabla 2 se observa que el 59.5% de los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín filial Arequipa son mujeres, mientras que el 40.5% son hombres. Se puede colegir que la carrera de Antropología es seguida por una cantidad proporcional entre mujeres y hombres.

Tabla 3.

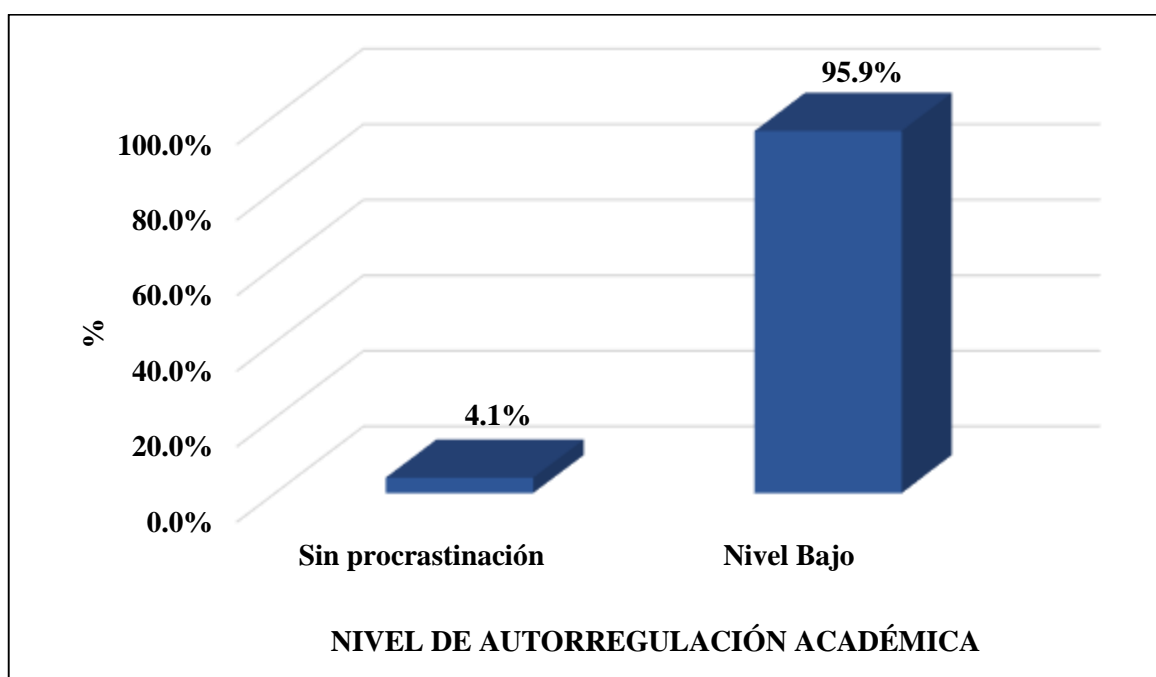
Población de estudio según Nivel de Autorregulación Académica, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

Nivel de Autorregulación Académica	fi	%	% válido	% acumulado
Nivel Bajo	71	95,9	95,9	100,0
Sin procrastinación	3	4,1	4,1	4,1
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

Gráfico 3

Población de estudio según Nivel de Autorregulación Académica, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



Fuente: encuesta, elaboración propia

INTERPRETACIÓN

En la tabla 3 se presenta la distribución de frecuencias acerca del Nivel de Autorregulación Académica. Se observa que el 95.9% (n=71) de los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín Arequipa, tienen un nivel de Autorregulación Académica bajo, mientras que solo un 4.1% (n=3) no presentan procrastinación.

Estos resultados nos permiten concluir que la dimensión autorregulación académica, que consiste en la fijación de metas por parte del estudiante para cumplir con las tareas académicas preestablecidas, no es muy frecuente en la población de estudio, evidenciado por el porcentaje bajo de estudiantes sin procrastinación.

Tabla 4

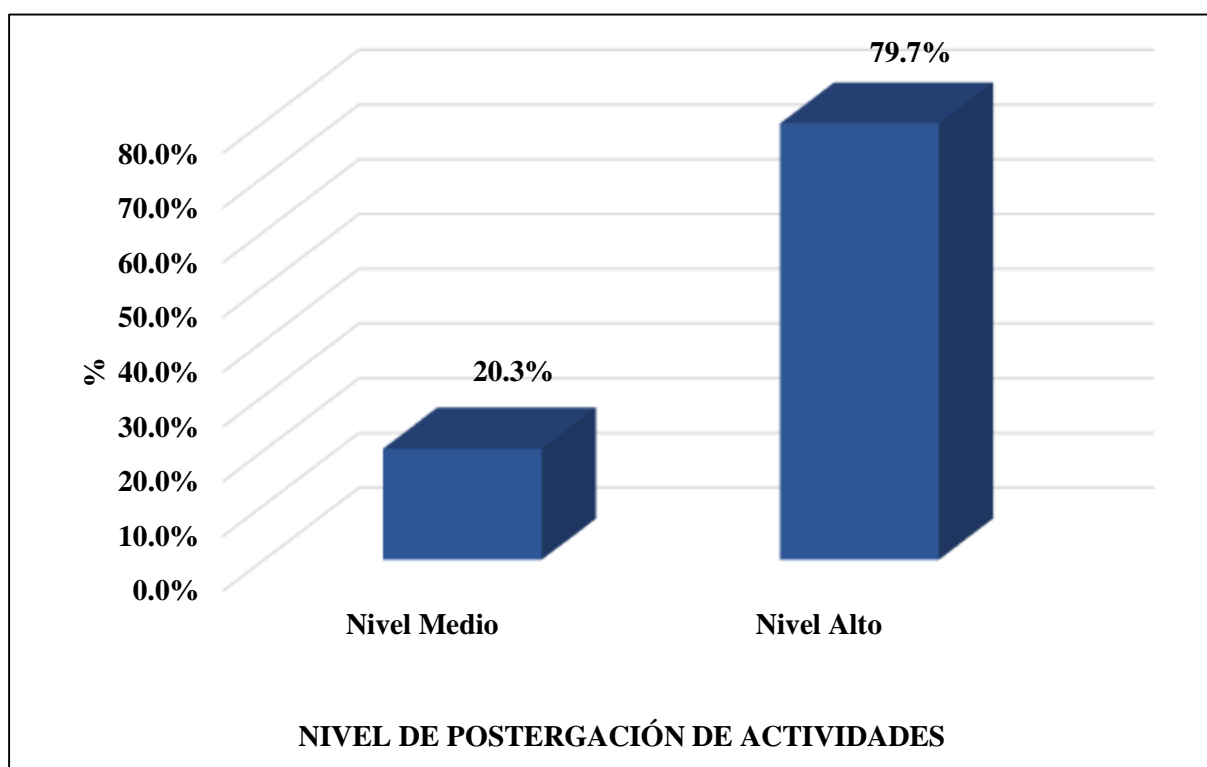
Población de estudio según Nivel de Postergación de Actividades, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

Nivel de Postergación de Actividades	fi	%	% válido	% acumulado
Nivel Alto	59	79,7	79,7	100,0
Nivel Medio	15	20,3	20,3	20,3
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

Gráfico 4

Población de estudio según Nivel de Postergación de Actividades, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



INTERPRETACIÓN

En la tabla 4 se presenta la distribución de frecuencias acerca del Nivel de Postergación de Actividades. Se observa que el 79.7% (n=59) de los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín Arequipa, tienen un nivel de Postergación de Actividades alto, mientras que un 20.3% (n=15) presentan un nivel medio.

Estos resultados nos permiten concluir que la dimensión Postergación de Actividades, que implica la postergación de las tareas académicas o su sustitución por otras actividades de menor urgencia o fuera de contexto, es muy frecuente en la población de estudio, evidenciado por el porcentaje alto de estudiantes que postergan sus actividades.

Tabla 5

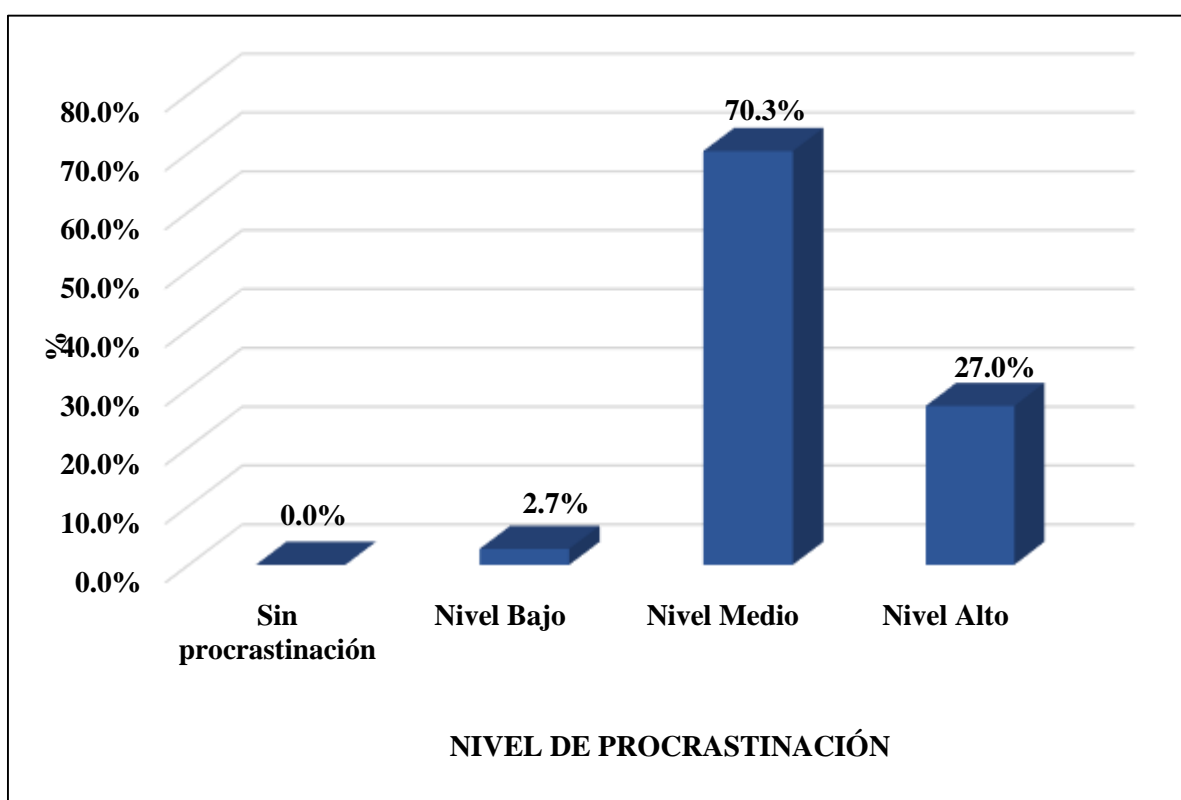
Población de estudio según Nivel de Procrastinación, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

Nivel de procrastinación	fi	%	% válido	% acumulado
Nivel Alto	20	27,0	27,0	100,0
Nivel Medio	52	70,3	70,3	73,0
Nivel Bajo	2	2,7	2,7	2,7
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

Gráfico 5.

Población de estudio según Nivel de Procrastinación, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



INTERPRETACIÓN

En la tabla 5 se presenta la distribución de frecuencias acerca del Nivel de Procrastinación. Se observa que el 70.3% (n=52) de los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín Arequipa, tienen un nivel de Procrastinación medio, el 27.0% (n=20) tienen un nivel alto, mientras que solo un 2,7% tienen un nivel bajo.

Estos resultados nos permiten concluir que la procrastinación que consiste en la postergación de las tareas y demás actividades académicas para el último momento, es muy frecuente en la población de estudio, evidenciado por el alto porcentaje de estudiantes con niveles de procrastinación medio-alto, en comparación con el nivel bajo.

Tabla 6

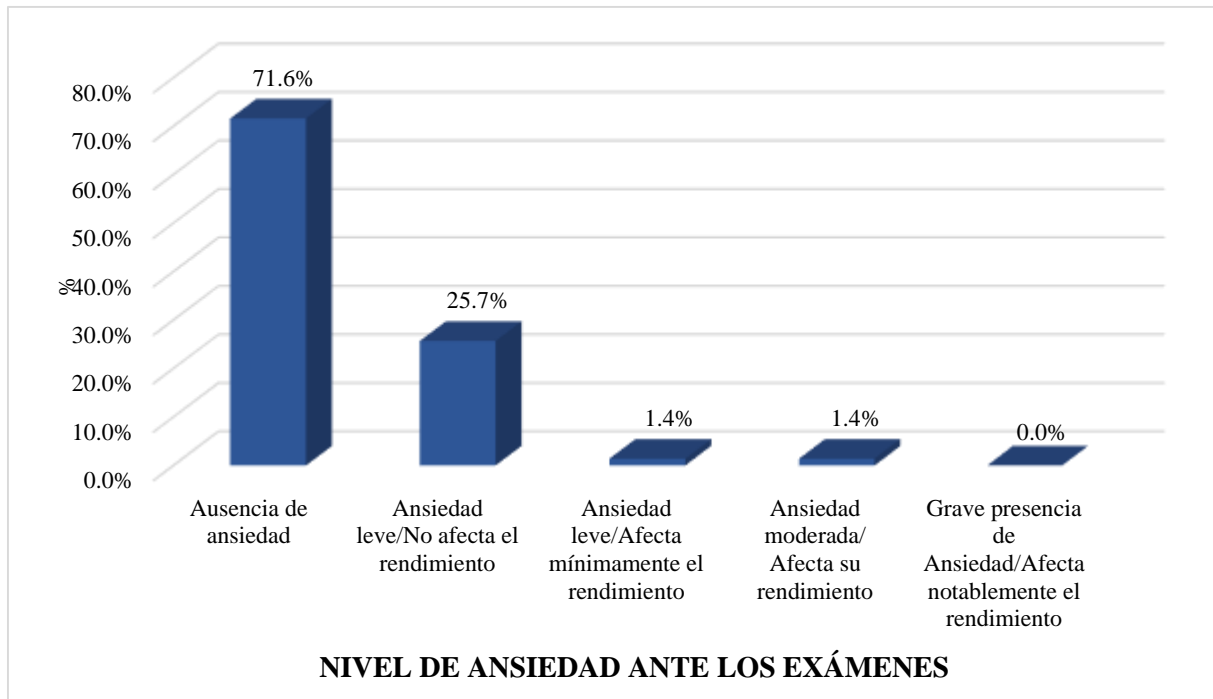
Población de estudio según Nivel de Ansiedad ante los Exámenes, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.

Nivel de ansiedad ante los exámenes	fi	%	% válido	% acumulado
Ausencia de ansiedad	53	71,6	71,6	71,6
Ansiedad leve/No afecta el rendimiento	19	25,7	25,7	97,3
Ansiedad leve/Afecta mínimamente el rendimiento	1	1,4	1,4	98,6
Ansiedad moderada/ Afecta su rendimiento	1	1,4	1,4	100,0
Grave presencia de Ansiedad/Afecta notablemente el rendimiento	0	0.0%	0,0	100,0
Total	74	100,0	100,0	

Fuente: encuesta, elaboración propia

Gráfico 6.

Población de estudio según Nivel de Ansiedad ante los Exámenes, Universidad San Agustín, Arequipa 2023.



Fuente: encuesta, elaboración propia

INTERPRETACIÓN

En la tabla 6 se presenta la distribución de frecuencias acerca del Nivel de Ansiedad ante los Exámenes. Se observa que el 71.6% (n=53) de los estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín filial Arequipa, tiene ausencia de ansiedad, el 25.7% (n=19) tiene un nivel leve que no afecta el rendimiento académico, el 1,4% (n=1) tienen un nivel de ansiedad leve y moderada que afecta el rendimiento académico respectivamente.

Estos resultados nos permiten concluir que, si bien los niveles de ansiedad ante los exámenes son bajos, existe una tendencia a elevarse. Probablemente esta tendencia se deba a los niveles altos de procrastinación que la población de estudio presenta. En efecto, postergar las actividades académicas, como por ejemplo estudiar para los exámenes podría relacionarse con la presencia de ansiedad debido a la impreparación para rendir las evaluaciones.

5.2. ANÁLISIS INFERENCIAL

5.2.1. Análisis inferencial para la hipótesis general

H0: No existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

Tipo de prueba: Bilateral

Estadístico de prueba: Rho de Spearman

Nivel de significancia (α): 0.05 = 5%

Coefficiente Rho de Spearman: 0,425

Cálculo del p – valor: 0.000

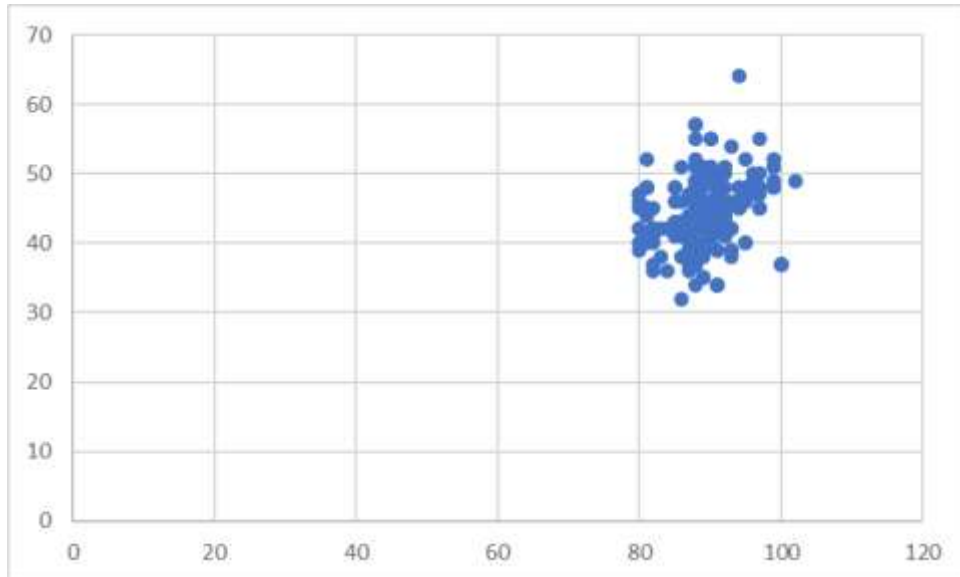
Tabla 7

Correlación entre procrastinación y ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023

Variable/dimensión	Prueba estadística	Ansiedad ante exámenes
Procrastinación	Spearman	0,425
	Valor p	0,00

Figura 7

Gráfica de dispersión entre procrastinación y ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023



Interpretación: En un estudio realizado con una prueba de significancia bilateral y un umbral de 0,05 para evaluar la correlación Rho de Spearman, se observó que el coeficiente alcanzó un valor de 0,425, con un valor p de 0,000. Esto llevó a descartar la hipótesis nula, demostrando así una relación significativa entre la procrastinación y la ansiedad cuando los estudiantes se encuentran bajo la presión de un examen, estudiado con los alumnos de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en el año 2023, como se muestra en la Tabla 7. Además, se utilizó un gráfico de dispersión para visualizar la relación entre las dos variables mencionadas, representación que se encuentra en la Figura 7.

5.2.2. Análisis inferencial para la primera hipótesis específica

H0: No existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

Tipo de prueba: Bilateral

Estadístico de prueba: Rho de Spearman

Nivel de significancia (α): 0.05 = 5%

Coefficiente Rho de Spearman: 0,512

Cálculo del p – valor: 0.000

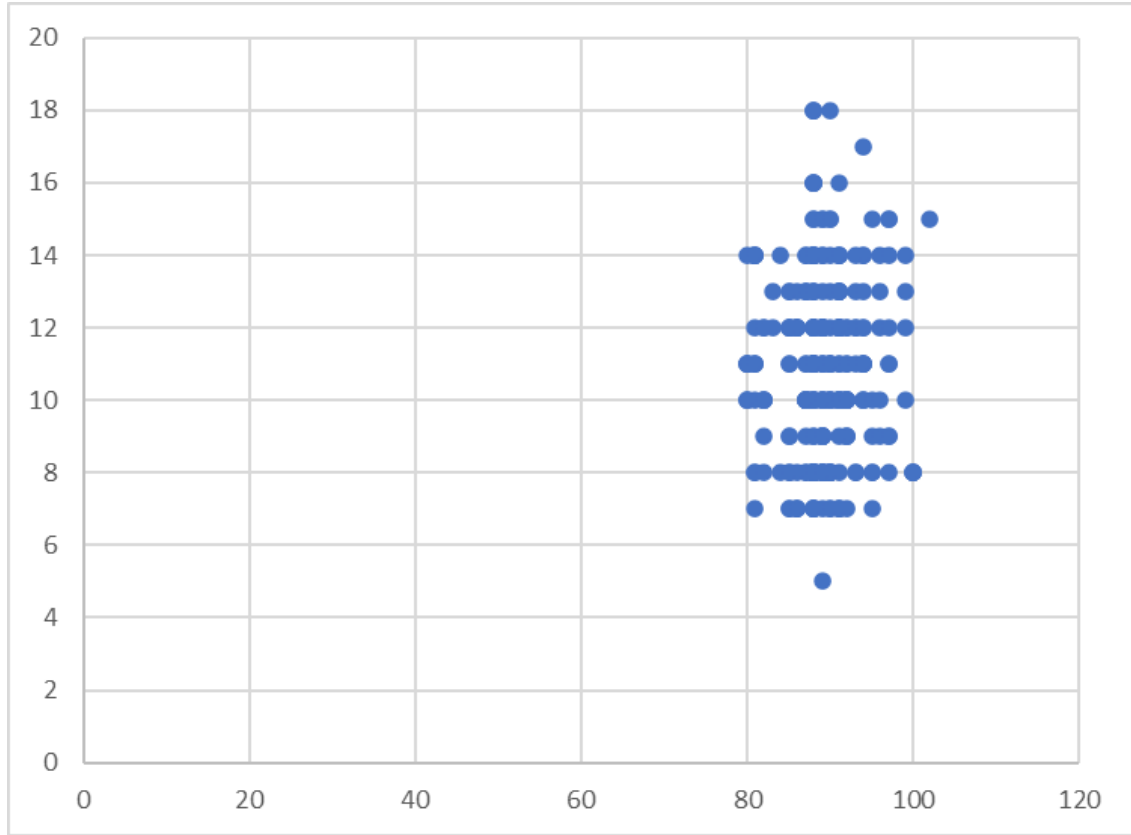
Tabla 8

Correlación entre procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023

Variable/dimensión	Prueba estadística	Dimensión afectiva
Procrastinación	Spearman	0,512
	Valor p	0,000

Figura 8

Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023



Interpretación: En un estudio realizado con una prueba de significancia bilateral y un umbral de 0,05 para evaluar la correlación Rho de Spearman, se observó que el coeficiente alcanzó un valor de 0,512, con un valor p de 0,000. Esto llevó a descartar la hipótesis nula, demostrando así una relación significativa entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad frente a los exámenes en los estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en el año 2023, como se muestra en la Tabla 7. Además, se utilizó un gráfico de dispersión para visualizar la relación entre las dos variables mencionadas, representación que se encuentra en la Figura 7.

5.2.3. Análisis inferencial para la segunda hipótesis específica

H0: No existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

Tipo de prueba: Bilateral

Estadístico de prueba: Rho de Spearman

Nivel de significancia (α): 0.05 = 5%

Coefficiente Rho de Spearman: 0,401

Cálculo del p – valor: 0.000

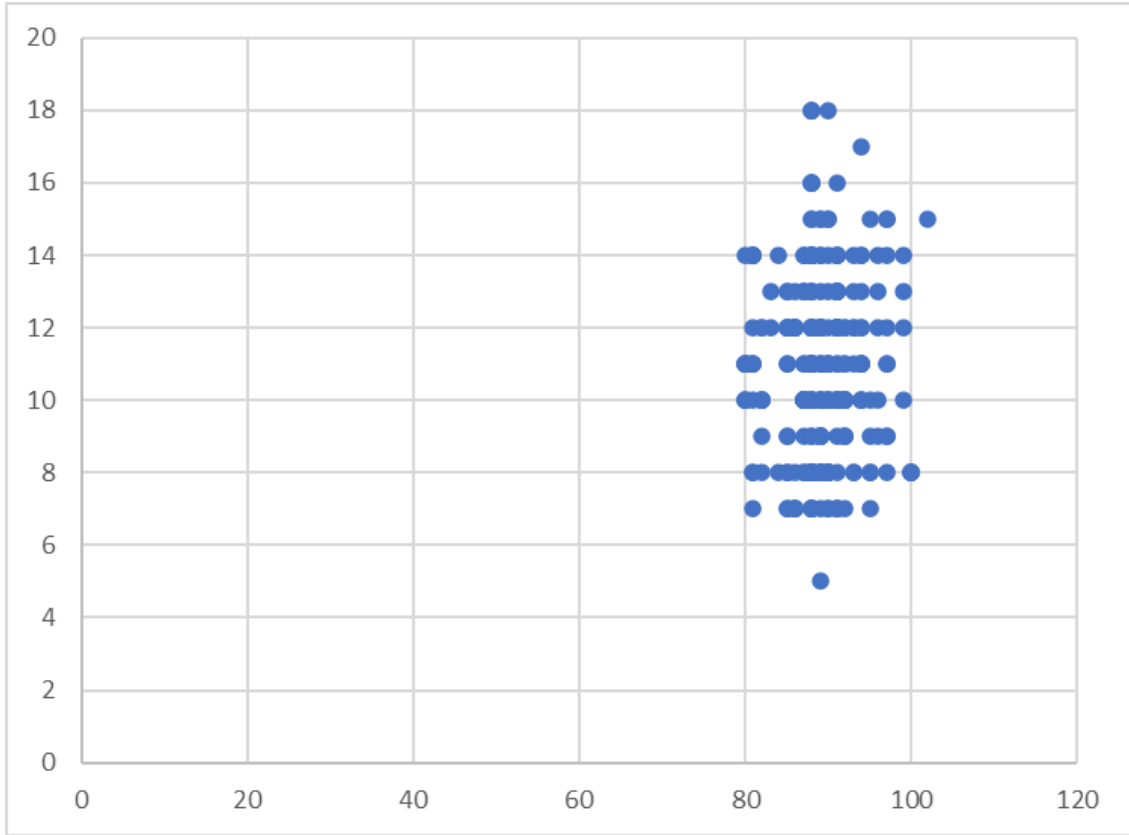
Tabla 9

Correlación entre procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023

Variable/dimensión	Prueba estadística	Dimensión cognitiva
Procrastinación	Spearman	0,401
	Valor p	0,000

Figura 9

Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023



Interpretación: En un estudio realizado con una prueba de significancia bilateral y un umbral de 0,05 para evaluar la correlación Rho de Spearman, se observó que el coeficiente alcanzó un valor de 0,401, con un valor p de 0,000. Esto llevó a descartar la hipótesis nula, demostrando así una relación significativa entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad frente a los exámenes en los estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en el año 2023, como se muestra en la Tabla 9. Además, se utilizó un gráfico de dispersión para visualizar la relación entre las dos variables mencionadas, representación que se encuentra en la Figura 9.

5.2.3. Análisis inferencial para la tercera hipótesis específica

H0: No existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

Tipo de prueba: Bilateral

Estadístico de prueba: Rho de Spearman

Nivel de significancia (α): 0.05 = 5%

Coefficiente Rho de Spearman: 0,422

Cálculo del p – valor: 0.000

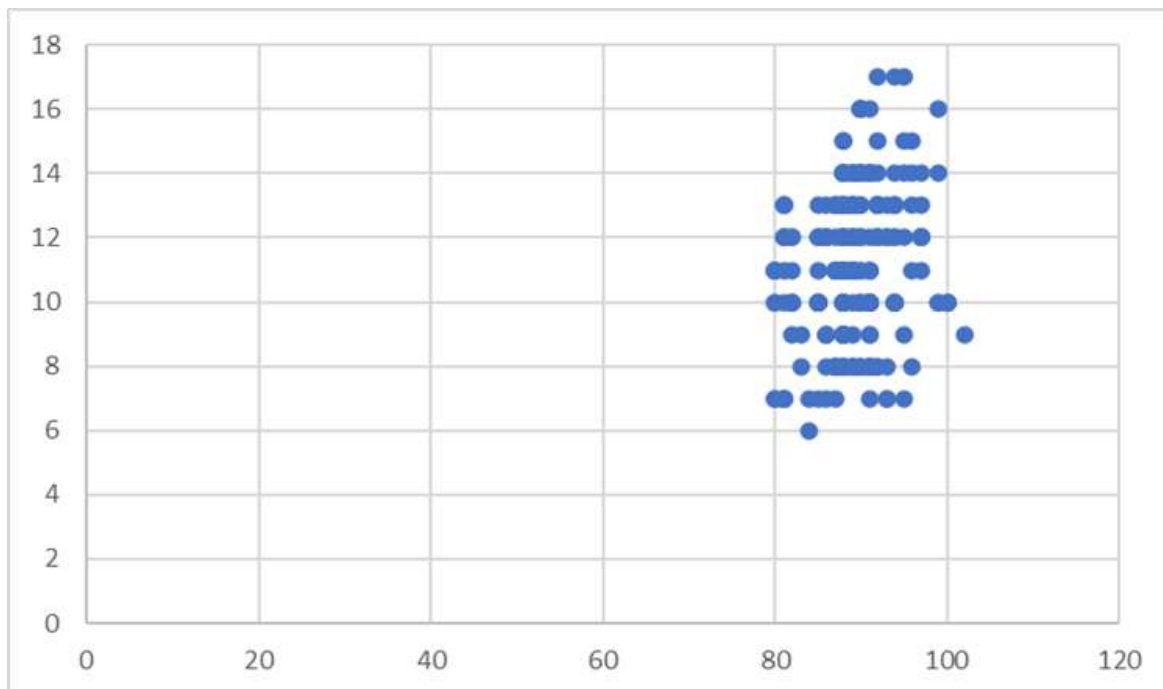
Tabla 10

Correlación entre procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023

Variable/dimensión	Prueba estadística	Dimensión conductual
Procrastinación	Spearman	0,422
	Valor p	0,000

Figura 10

Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023



Interpretación: En un estudio realizado con una prueba de significancia bilateral y un umbral de 0,05 para evaluar la correlación Rho de Spearman, se observó que el coeficiente alcanzó un valor de 0,422, con un valor p de 0,000. Esto llevó a descartar la hipótesis nula, demostrando así una relación significativa entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad frente a los exámenes en los estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en el año 2023, como se muestra en la Tabla 10. Además, se utilizó un gráfico de dispersión para visualizar la relación entre las dos variables mencionadas, representación que se encuentra en la Figura 10.

5.2.4. Análisis inferencial para la cuarta hipótesis específica

H0: No existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.

Tipo de prueba: Bilateral

Estadístico de prueba: Rho de Spearman

Nivel de significancia (α): 0.05 = 5%

Coefficiente Rho de Spearman: 0,534

Cálculo del p – valor: 0.000

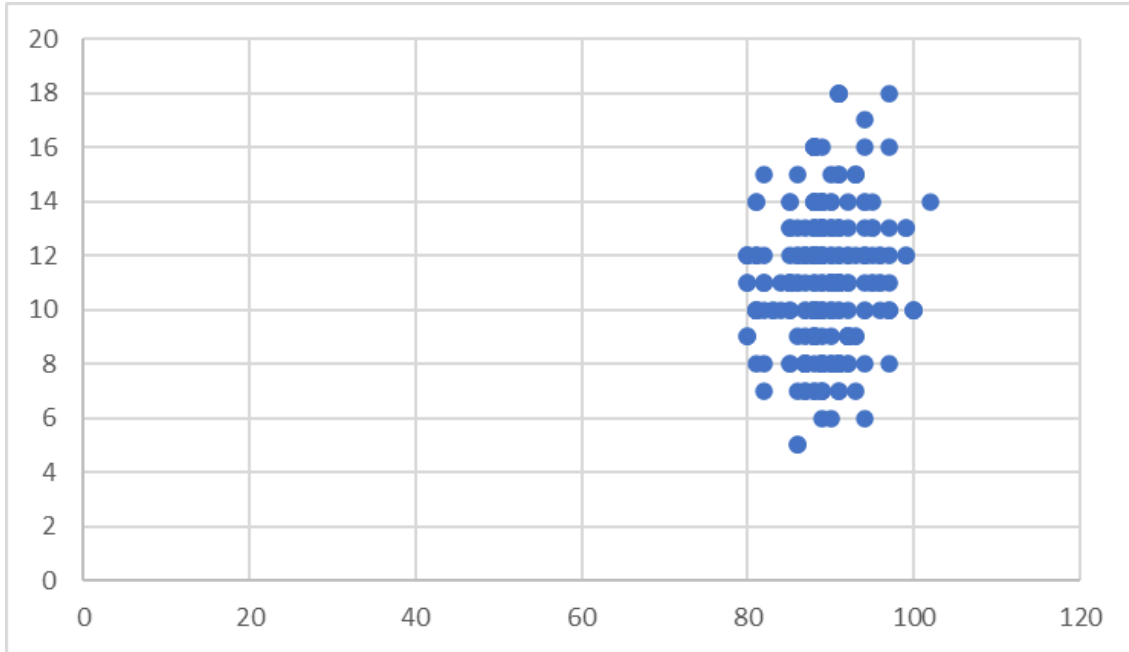
Tabla 11

Correlación entre procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023

Variable/dimensión	Prueba estadística	Dimensión de la autoeficacia
Procrastinación	Spearman	0,534
	Valor p	0,000

Figura 11

Gráfica de dispersión de la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023



Interpretación: En un estudio realizado con una prueba de significancia bilateral y un umbral de 0,05 para evaluar la correlación Rho de Spearman, se observó que el coeficiente alcanzó un valor de 0,534, con un valor p de 0,000. Esto llevó a descartar la hipótesis nula, demostrando así una relación significativa entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad frente a los exámenes en los estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa en el año 2023, como se muestra en la Tabla 11. Además, se utilizó un gráfico de dispersión para visualizar la relación entre las dos variables mencionadas, representación que se encuentra en la Figura 11.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La procrastinación es una conducta frecuente en el ser humano, consistente en la postergación de las tareas o actividades propuestas. En el ámbito académico es también un comportamiento observado en los estudiantes universitarios. La ansiedad ante los exámenes es una manifestación fisiológica que se caracteriza por la presencia de manifestaciones clínicas psicofísicas referidas por los estudiantes. Esta reacción podría ser la causa del fracaso académico.

En la presente investigación se postuló la posible relación que pueda existir entre ambas variables. En efecto, sería lógico pensar que la procrastinación como tendencia habitual en los estudiantes universitario puede asociarse a la ansiedad ante los exámenes, precisamente porque la postergación del estudio, dejando para el último día las obligaciones precedería a la sintomatología ansiosa. Si esto se verificase se podrían aplicar estrategias educativas conducentes a revertir esta conducta y en consecuencia favorecer el rendimiento académico.

La población de estudio estuvo conformada por estudiantes de la Escuela de antropología de la Universidad San Agustín filial Arequipa. El 66.2% de ellos tuvieron una edad entre los 21 y los 25 años; el 17,6% tienen edades entre los 26 y 30 años; el 13,5% tuvo una edad entre los 18 y 20 años, mientras que un 2.7% tiene una edad entre los 31 y 35 años. El 59.5% de los estudiantes encuestados son mujeres, mientras que el 40.5% son hombres.

La autorregulación académica es la fijación de metas por parte del estudiante para cumplir con las tareas académicas preestablecidas. Se encontró que el 95.9% (n=71) de los estudiantes encuestados tienen un nivel de autorregulación académica bajo, mientras que solo un 4.1% (n=3) no presentan ningún nivel de procrastinación., no es muy frecuente en la población de estudio, evidenciado por el porcentaje bajo de estudiantes sin procrastinación.

La postergación de actividades implica la postergación de las tareas académicas o su sustitución por otras actividades de menor urgencia o fuera de contexto. Se encontró que el 79.7% (n=59) de los estudiantes encuestados tienen un nivel de postergación de actividades alto, mientras que un 20.3% (n=15) presentan un nivel medio.

La procrastinación consiste en la postergación de las tareas y demás actividades académicas para el último momento. Se encontró que el 70.3% (n=52) de los estudiantes encuestados tienen un nivel de Procrastinación medio, el 27.0% (n=20) tienen un nivel alto, mientras que solo un 2,7% tienen un nivel bajo. Estos resultados concuerdan con lo hallado por Sulio para quien la procrastinación académica se asocia a puntajes bajos en el rendimiento académico y viceversa (Sulio, 2018). En ese mismo sentido con Abado para quien la procrastinación constituye una práctica común en estudiantes arequipeños, lo que ulteriormente agravaría su ansiedad (Abado, 2018).

La ansiedad ante los exámenes es la preocupación persistente y repetitiva frente a las evaluaciones escritas o exámenes. En el presente estudio se encontró que el 71.6% (n=53) de los estudiantes encuestados no presentaron algún nivel de ansiedad, el 25.7% (n=19) tienen un nivel leve que no afecta el rendimiento académico, el 1,4% (n=1) tienen un nivel de ansiedad leve y moderada que afecta el rendimiento académico respectivamente. Como se aprecia, si bien los niveles de ansiedad ante los exámenes son bajos, existe una tendencia a elevarse tal como lo afirman también Dawood, Almutary & Alenezi para quienes la ansiedad es frecuente en exámenes finales (Dawood, Ghadeer, Mits, Almutary, & Alenezi, 2016).

Sin embargo, estos resultados no son concordantes con lo encontrado por Murillo & Montes para quienes los estados depresivos han incrementado entre la población juvenil lo que conlleva una repercusión significativa en el desempeño académico, la salud física y el estado psicológico del estudiantado (Murillo & Montes, 2018).

Probablemente esta tendencia se deba a los niveles altos de procrastinación que la población de estudio presenta. En efecto, postergar las actividades académicas, como por ejemplo estudiar para los exámenes podría relacionarse con la presencia de ansiedad debido a la imprevención para rendir las evaluaciones.

Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,425, p: 0,000). Además, se encontró que existe relación entre la procrastinación y las dimensiones de la ansiedad ante exámenes: afectiva (Rho de Spearman: 0,512, p: 0,000), cognitiva (Rho de Spearman: 0,401, p: 0,000), conductual (Rho de Spearman: 0,422, p: 0,000), autoeficacia (Rho de Spearman: 0,534, p: 0,000).

Al respecto, la tesis de Murillo & Montes (2018), realizada en una población similar, señaló la importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento ante la ansiedad, particularmente en estudiantes que se encuentran en fases de adaptación a nuevos entornos académicos. El énfasis en las estrategias de afrontamiento es crucial, dado que nuestro estudio sugiere que la procrastinación no solo afecta el rendimiento académico, sino que también se asocia significativamente con distintas dimensiones de la ansiedad.

En la misma línea, Garzón, De la Fuente, y Acelas (2019) identificaron una relación entre la procrastinación académica, el rendimiento académico y el malestar psicológico en estudiantes universitarios colombianos. Su análisis de las razones para procrastinar y su impacto en el bienestar psicológico complementa nuestros resultados, sugiriendo que la procrastinación es un fenómeno multifacético que trasciende contextos culturales y geográficos.

Main y Sione (2019) también contribuyen a esta discusión, destacando que la ansiedad ante exámenes y la procrastinación (tanto general como académica) afectan en mayor medida a los estudiantes de primer año. Esta evidencia apoya nuestros hallazgos, resaltando la relevancia de considerar el año académico en la evaluación de estas variables.

Altamirano y Rodríguez (2021), por otro lado, encontraron una correlación directa y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Psicología Clínica, lo que coincide con nuestros resultados y subraya la importancia de abordar estas cuestiones para mejorar el bienestar estudiantil.

Finalmente, la investigación de Espaillat y Pintor (2022) sugiere una relación entre la procrastinación académica y la regulación emocional, aunque no encontraron una correlación directa con la ansiedad. Este hallazgo sugiere la complejidad de las relaciones entre la procrastinación, la ansiedad y otros factores como la regulación emocional.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,425, p: 0,000). Lo cual se interpreta como que existe una correlación entre los valores numéricos de la procrastinación y la ansiedad ante exámenes.

SEGUNDA: Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,512, p: 0,000). Lo cual se interpreta como que existe una correlación entre los valores numéricos de la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes.

TERCERA: Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,401, p: 0,000). Lo cual se interpreta como que existe una correlación entre los valores numéricos de la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes.

CUARTA: Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,422, p: 0,000). Lo cual se interpreta como que existe una correlación entre los valores numéricos de la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes.

QUINTA: Se encontró que, existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023 (Rho de Spearman: 0,534, p: 0,000). Lo cual se interpreta como que existe una correlación entre los valores numéricos de la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda, a los gestores educativos, impulsar la tutoría académica, su monitoreo, seguimiento y evaluación de los casos de procrastinación en estudiantes de antropología de la Universidad San Agustín de Arequipa, dados los índices obtenidos en la investigación.
2. Se recomienda, a los docentes, instaurar terapias de relajación, ejercicios físicos, coaching, mindfulness, etc. para prevenir y controlar los casos de ansiedad ante los exámenes presentadas por los estudiantes de antropología de la Universidad San Agustín, de Arequipa.
3. Se recomienda, a los docentes, variar las formas de evaluación clásica de los conocimientos con el tradicional examen escrito. Existen alternativas aplicables tales como la evaluación continua, la autoevaluación y heteroevaluación en aquellos casos en los que sea coherente.
4. Se aconseja a los alumnos fomentar hábitos positivos, tales como la disciplina y la secuenciación de las tareas académicas. La práctica de la lectura y la organización, junto con la responsabilidad y la ejecución de las tareas, resulta efectiva para mitigar las repercusiones de la procrastinación, una conducta perjudicial.
5. Se insta a los alumnos a emprender investigaciones adicionales sobre la correlación entre la procrastinación y sus diversas dimensiones, así como la ansiedad ante las evaluaciones en estudiantes de otras instituciones universitarias de la ciudad.

5.3. FUENTES DE INFORMACIÓN

- Abado, X. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad frente a evaluaciones en estudiantes de primer año de la escuela profesional de psicología*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Alí, R., & Chambi, O. (2016). *Ansiedad ante los exámenes en los Estudiantes del Primer Año de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil y la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca - 2016*. Juliaca: Universidad Peruana Unión.
- Arana, F., & Furlan, L. (2016). Groups of perfectionists, test anxiety, and pre-exam coping in Argentine students. *Personality and Individual Differences*, 169-173.
- Barahona, K. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. . *Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Universidad Nacional Autónoma de México.*, 9 (3).
- Bear, M., Connors, B., & Paradiso, M. (2016). *Neuroscienze, esplorando il cervello* (4ta ed.). Milano: Elsevier Masson.
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación* (4ta ed.). Bogotá: Pearson.
- Bojorquez, J. (2015). *Ansiedad y Rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Lima: Universidad San Martín de Porres. Retrieved from http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2247/1/bojorquez_jd.pdf
- Buendía, A. (2015). *Estrés académico y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de la modalidad de estudios a distancia de la Universidad Católica de los Ángeles Chimbote 2013, sede Lima*. Lima: Universidad César Vallejo. Retrieved from http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/7382/Buendia_TA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ccama, L. (2015). *Sonidos binaurales y niveles de ansiedad ante los exámenes en postulantes a la universidad*. Arequipa: Universidad Católica Santa María.
- Ching, P. (2015). *Clima Social Familiar y Ansiedad en Estudiantes de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - Tumbes*. Chimbote : Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - Tumbes.
- Clariana, M., Cladellas, R., Gotzens, C., & Badia, M. (2014). Typology of extracurricular activities and academic procrastination in primary education students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(2), 419-446.
- Collado, L. (2014). *Comparacion de los niveles de ansiedad en estudiantes de las carreras profesionales de Derecho, Ingenieria, Medicina Humana y Psicología de intituciones particulares y estatales de Lima Metropolitana.(Tesis de Licenciatura)*. Lima: Universidad Ricardo Palma, Perú. Retrieved from <http://cybertesis.urp.edu.pe/browse?type=author&order=ASC&rpp=20&value=Collado+Osorio%2C+Lizabeth+Pamela>
- Concha, A. (2016). *Ansiedad cognitiva en el examen nacional en estudiantes del décimo semestre de la facultad de enfermería de la Universidad Católica de Santa María Arequipa 2015*. Arequipa : Universidad Católica de Santa María .
- Córdova, M. (2009). *Estadística descriptiva e inferencial*. Lima: Moshera S.R.L.
- Dawood, E., Ghadeer, H., Mitsu, R., Almutary, N., & Alenezi, B. (2016). Relationship between Test Anxiety and Academic Achievement among Undergraduate Nursing Students. *Journal of Education and Practice*, Vol.7, No.2, 2016. Retrieved from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1089777.pdf>
- Dominguez, S. (2016). Afrontamiento ante la ansiedad pre-examen y autoeficacia académica en estudiantes de ciencias de la salud. *Educación Médica*, 19(1):39-42. doi:<https://doi.org/10.1016/j.edumed.2016.07.007>
- Domínguez, S. (2018). Afrontamiento ante la ansiedad pre-examen y autoeficacia académica en estudiantes de ciencias de la salud. *Educación Médica*, 19(1):39-42.
- Egoavil, A. (2016). *Ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería de Sistemas y Computación de la Universidad Peruana Los Andes*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San

- Marcos. Retrieved from http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/6837/Egoavil_sa.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Furlan, L., Piemontesi, S., Heredia, D., & Sánchez, J. (2015). Ansiedad ante los Exámenes en estudiantes universitarios: correlatos y tratamiento. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, Vol. 2, N°1, 37-53.
- Galimberti, U. (2018). *Nuovo Dizionario di Psicologia*. Milano: Feltrinelli.
- Gbenro, A., Kolawole, S., & Chidi, V. (2017). Test Anxiety and Academic Performance among Undergraduates: The Moderating Role of Achievement Motivation. *The Spanish Journal of Psychology*, 20, e14, 1–8. Retrieved from file:///C:/Users/pc/Downloads/AS4631877043240961487443962598_content_1.pdf
- Gonzalez, E., Moreira , B., & Mayo , M. (2015). Ansiedad ante los exámenes en la universidad: Estudio de caso único. *UNIR*. Retrieved from <https://reunir.unir.net/handle/123456789/6244>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). México, México D.F.: Mc GrawHill.
- Huillca, M. (2017). *Influencia del clima social familiar en la ansiedad del postulante a la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Ceprunsa III fase, Arequipa - 2016*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.
- Jackson, P. (2008). *Life in classrooms*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Jiménez, R., Lozano, L., & Montes, K. (2016). *Ansiedad ante los exámenes universitarios*. Cartagena: Universidad de San Buenaventura.
- LeDoux, J. (2015). *Ansia*. Milano: Raffaello Cortina.
- Llaca, M., & Paz, R. (2017). *Efectos de la Técnica de Liberación Emocional, EFT para disminuir la ansiedad ante los exámenes en estudiantes del 1º ciclo de Psicología de una universidad particular de Chiclayo*. Lambayeque: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Lambayeque.
- López, J. (2018). *Niveles de Ansiedad y Rendimiento Académico de los estudiantes de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de*

- Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener*. Lima: Universidad Norbert Wiener. Retrieved from http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2621/MAEST_PSIC_OLOG%C3%8DA.Juan%20Abraham%20L%C3%B3pez%20Moya.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Lotz , C., & Sparfeldt, J. (2017). Does test anxiety increase as the exam draws near? – Students' state test anxiety recorded over the course of one semester. *Personality and Individual Differences, 104*, 397-400.
- Marina, J. (2015). *Ponencia Jose Antonio Marina - La Educación del Ser*. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=z3L3F_e5G_c
- Mayo, E., González, B., & Trillo, M. (2015). Ansiedad antes los exámenes en la Universidad: estudio de caso único. *Ansiedad estrés, 21*(1): 21-33. Retrieved from <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/ibc-137413>
- Murillo, A., & Montes, J. (2018). *Relación entre estrategias de afrontamiento y ansiedad en estudiantes universitarios*. Santa Marta: Universidad cooperativa de Colombia sede Santa Marta. Retrieved from <http://repository.ucc.edu.co/handle/ucc/6070>
- Núñez, M., Suárez, M., & Roser, B. (2016). Gender differences in test anxiety and their impact on higher education students' academic achievement. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 228*, 154-160. Retrieved from [https://pdf.sciencedirectassets.com/277811/1-s2.0-S1877042816X00146/1-s2.0-S1877042816309491/main.pdf?x-amz-security-token=AgoJb3JpZ2luX2VjEiH%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEaCXVzLWVhc3QtMSJGMEQCIaIk1Koqx3%2BUiQb99BwIShcX%2Fo1KB2MUrX%2FaoDcrK%2BKCAiA4JrnQ](https://pdf.sciencedirectassets.com/277811/1-s2.0-S1877042816X00146/1-s2.0-S1877042816309491/main.pdf?x-amz-security-token=AgoJb3JpZ2luX2VjEiH%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEaCXVzLWVhc3QtMSJGMEQCIaIk1Koqx3%2BUiQb99BwIShcX%2Fo1KB2MUrX%2FaoDcrK%2BKCAiA4JrnQ)
- Priego, V. (2015). *Estrés académico y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de la modalidad de estudios a distancia de la Universidad Católica de los Ángeles Chimbote 2013, sede Lima*. Lima: Universidad César Vallejo. Retrieved from http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/7382/Buendia_TA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Redolar, D. (2014). *Neurociencia cognitiva*. Barcelona: Panamericana.
- Sánchez, P. (2008). *Psicología clínica*. México D.F.: Manual Moderno.
- Sánchez-Carlessi, H. (2017). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica* (5ta ed.). Lima: Bussines Support Aneth S.R.L.
- Sapolsky, R. (2013). *¿Por qué las cebras no tienen úlcera?: La guía del estrés*. (p. 53-55, Ed.) España, Madrid: Alianza Editorial.
- Steel, P. (2001). Procrastination and personality, performance and mood. *Personality and individual differences*, 30, 95-106.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *American Psychological Association*, 33(1), 65-94.
- Steel, P., & Ferrari, J. (2012). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27, 51-58.
- Stöber, J. (2014). Dimensions of test anxiety: Relations to ways of coping with pre-exam anxiety and uncertainty. *Anxiety Stress Coping*, 17:213-26.
- Sulio, S. (2018). *Procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes universitarios de psicología del penúltimo año de una universidad de Arequipa—2018*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a los evaluaciones en estudiantes universitario*. (Tesis de Licenciatura). Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Villarrubia, C. (2019). *Distorsiones cognitivas y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la carrera de psicología en la Universidad Continental*. Arequipa: Universidad Continental.

ANEXOS

TÍTULO: RELACIÓN ENTRE LA PROCRASTINACIÓN Y LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA, UNIVERSIDAD SAN AGUSTÍN, AREQUIPA, 2023.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p align="center"><u>PROBLEMA GENERAL</u></p> <p>¿Cuál es el nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?</p>	<p align="center"><u>OBJETIVO GENERAL</u></p> <p>Determinar el nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p>	<p>H1: Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p>	<p align="center"><u>VARIABLE X</u> Procrastinación <u>INDICADORES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Procrastinación leve - Procrastinación moderada. - Procrastinación severa 	<p align="center"><u>TIPO DE INVESTIGACIÓN</u></p> <p align="center">Descriptiva</p> <p align="center"><u>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</u></p> <p align="center">Correlacional de corte transversal</p>
<p align="center"><u>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</u></p> <p>a) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?</p> <p>b) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?</p> <p>c) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?</p> <p>d) ¿Cuál el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023?</p>	<p align="center"><u>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</u></p> <p>a) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>b) e) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>c) f) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>d) g) Estimar el nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de la autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en</p>	<p align="center"><u>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</u></p> <p>a) Existe relación entre la dimensión efectiva de Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión afectiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>b) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión cognitiva de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>c) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión conductual de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p>d) Existe un alto nivel de relación entre la procrastinación y la dimensión de autoeficacia de la ansiedad ante exámenes en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.</p> <p align="center"><u>POBLACIÓN</u></p> <p>La población de estudio está compuesta por 195 alumnos de la carrera profesional de Antropología de la Universidad Nacional de San Agustín Arequipa durante el periodo 2023.</p>	<p align="center"><u>VARIABLE Y</u> Ansiedad ante los exámenes <u>INDICADORES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad ante los exámenes leve - Ansiedad ante los exámenes moderada - Ansiedad ante los exámenes severa 	<p align="center"><u>INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</u></p> <p align="center">Variable X: Escala de Procrastinación Académica de Busko, D. Adaptada para Perú (2010)</p> <p align="center">Variable Y: Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) (Valero, 1997)</p>

	estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa 2023.	<u>MUESTRA</u> La muestra estará constituida por 100 estudiantes de Antropología de la Universidad Nacional de San Agustín Arequipa.		
--	---	--	--	--

Anexo – 2

Escala de Procrastinación Académica

Código: _____ Edad: _____ Sexo: _____ Curso: _____

INSTRUCCIONES: A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que permanece tu respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

Siempre: S
Casi Siempre: CS
A veces: A
Pocas Veces: CN
Nunca: N

Nº	Ítems	S	CS	A	CN	N
	DIMENSIÓN AFECTIVA	4	3	2	1	0
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 clase.					
	DIMENSIÓN COGNITIVA					
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.					
	DIMENSIÓN CONDUCTUAL					
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.					
	DIMENSIÓN AUTOEFICACIA					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con el tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes 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.					

**Cuestionario de Ansiedad ante Exámenes (CAEX)
(Valero, 1997)**

INSTRUCCIONES: En cada uno de los ítems o situaciones que se describen señale con una puntuación de 0 a 5 el grado de ansiedad o malestar que siente en esas situaciones. Utilice para ello los siguientes criterios:

- No siento nada/ nunca me ocurre (0)
- Casi nervioso/ muy pocas veces me ocurre (1)
- Un poco nervioso/ algunas veces me ocurre (2)
- Algo nervioso/ a menudo me ocurre (3)
- Muy nervioso/ muchas veces me ocurre (4)
- Totalmente nervioso/ siempre me ocurre (5)

Nº	Ítems	0	1	2	3	4	5
	DIMENSIÓN AFECTIVA						
1	¿Sientes nerviosismo físico durante los exámenes?						
2	¿Experimentas malestar estomacal o la necesidad de ir al baño al hacer un examen?						
3	¿Tienes dificultades visuales o mentales al comenzar un examen?						
4	¿Te afecta el ambiente del lugar del examen?						
	DIMENSIÓN COGNITIVA						
5	¿Dudas sobre presentarte a un examen?						
6	¿Crees que no podrás aprobar, incluso si has estudiado?						
7	¿Sientes que no recuerdas nada antes de un examen?						
8	¿Piensas que estás haciendo mal un examen mientras lo haces?						
	DIMENSIÓN CONDUCTUAL						
9	¿Te cuesta quedarte quieto o te distraes durante un examen?						
10	¿Muerdes uñas o el bolígrafo durante los exámenes?						
11	¿Tardas en decidirte a contestar las preguntas o entregar el examen?						
12	¿Te pones enfermo o das excusas para no hacer un examen?						
	DIMENSIÓN DE AUTOEFICACIA						
13	¿Te sientes aliviado cuando se aplaza un examen?						
14	¿Crees que no podrás aprobar, incluso si has estudiado?						
15	¿Te pone nervioso el hecho de que otros entreguen antes que tú?						
16	¿Sientes que no podrás recordar nada y suspenderás el examen?						

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento para participar de manera voluntaria en la presente investigación titulada: “RELACIÓN ENTRE LA PROCRASTINACIÓN Y LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA, UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTIN, AREQUIPA, 2023”.

El señor Jerson Enrique Guzmán Collado, quien es el responsable de la investigación, me ha explicado amplia y claramente acerca del porqué de su investigación en el tema y en el cual no se verá afectada mi persona. Asimismo, me dijo que los datos que le proporcione serán confidenciales y también que puedo desistir de participar en esta investigación cuando yo lo desee.

.....

Firma

ANEXO 2: FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Rojas Sanz Lennon Pool
 1.2 Grado académico: Magister
 1.3 Cargo e institución donde labora: Operador Informático
 1.4 Título de la Investigación: PROCASTINACIÓN Y ANCIEDAD ANTE LOS EXAMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA UNSA AÑO 2023
 1.5 Autor del instrumento: Jerson Enrique Guzmán Collado
 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención: Licenciado en Antropología
 1.7 Nombre del instrumento: Escala y Cuestionario para procrastinación y ansiedad

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado					X
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					X
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Técnicos-Científicos y del tema de estudio.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					X
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						100 %
TOTAL						100 %

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20): 20
 VALORACION CUALITATIVA: coherente y aplicable
 OPINIÓN DE APLICABILIDAD: aplicable en su totalidad

Lugar y fecha: Arequipa 25 Enero 2024

MINISTERIO PÚBLICO
 INSTITUTO DEL REGISTRO DE LA UNIÓN
 DIVISION GENERAL REGISTRO ANTORUM

 LENNON POOL ROJAS SANZ
 Firma y Postmora del experto
 Código ORCID: 0009-0007-4833-1238

ANEXO 2: FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: VILLANUEVA SALAS ANA MARIA
 1.2 Grado académico: MAGISTER
 1.3 Cargo e institución donde labora: RED BRAJERICA ARGUINPA - COORDINADORA
 1.4 Título de la Investigación: PROCASTINACIÓN Y ANCIEDAD ANTE LOS EXAMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA UNSA AÑO 2023
 1.5 Autor del instrumento: Jerson Enrique Guzmán Collado
 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención: Licenciado en Antropología
 1.7 Nombre del instrumento: Escala y Cuestionario para procrastinación y ansiedad

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					✓
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					✓
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					✓
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					✓
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					✓
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					✓
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					✓
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					✓
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					✓
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					✓
SUB TOTAL						98%
TOTAL						98%

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 19.6

VALORACION CUALITATIVA: EXCELENTE

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: CUMPLE CON LAS CONDICIONES PARA SU APLICACIÓN

Lugar y fecha: AREQUIPA 27/01/2024
UNIVERSIDAD PERUANA DE SONAJAY
 FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES

ANA MARIA Villanueva Salas
 FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO
 Firma y Postfirma del experto

Código ORCID: 0009-0008-0439-9959

ANEXO 2: FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO
I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Arribón Vela, Ernesto
- 1.2 Grado académico: Doctor
- 1.3 Cargo e institución donde labora: Docente Universitario y Odontólogo Forense
- 1.4 Título de la Investigación: PROCASTINACIÓN Y ANCIEDAD ANTE LOS EXAMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA UNSA AÑO 2023
- 1.5 Autor del instrumento: Jerson Enrique Guzmán Collado
- 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención: Licenciado en Antropología
- 1.7 Nombre del instrumento: Escala y Cuestionario para procrastinación y ansiedad

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					X
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					X
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						100 %
TOTAL						100 %

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 20

VALORACION CUALITATIVA: Caliente

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable

Lugar y fecha: Arequipa 24 de Enero - 2024

MINISTERIO PÚBLICO
INSTITUTO DE MEDICINA LEGAL
DIVISION MEDICINA LEGAL DE AREQUIPA

Firma y sello del experto:
Código ORCID: 0009-0002-9932-1542

0009-0002-9932-1542

DATOS PROCESADOS

Número	Edad	Sexo	Pro c 1	Pro c 2	Pro c 3	Pro c 4	Pro c 5	Pro c 6	Pro c 7	Pro c 8	Pro c 9	Pro c 10	Pro c 11	Pro c 12	Pro c 13	Pro c 14	Pro c 15	Pro c 16	CA EX 1	CA EX 2	CA EX 3	CA EX 4	CA EX 5	CA EX 6	CA EX 7	CA EX 8	CA EX 9	CAE X10	CAE X11	CAE X12	CAE X13	CAE X14	CAE X15	CAE X16	
1	23	2	4	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	0	1	1	0	5	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	
2	20	1	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	
3	21	2	3	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	4	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	1	0	
4	20	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	1	2	3	2	1	3	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
5	35	1	1	2	1	3	0	0	1	1	1	3	3	2	3	3	1	1	2	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1
6	23	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	0	1	1	0	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	
7	27	2	1	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	3	2	1	1	0	0	0	1	2	1	
8	26	1	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	0	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	
9	23	1	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	4	4	3	3	0	0	1	1	2	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	
10	23	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	2	3	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
11	25	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	0	1	0	0	1	5	0	2	2	2	2	0	1	1	1	0	
12	25	2	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	
13	19	1	4	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	0	1	1	1	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	
14	24	1	3	2	4	3	2	1	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	0	1	1	0	1	1	1	2	1	0	0	0	1	1	0	0	
15	19	1	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	1	0	1	1	1	0	0	2	2	2	2	2	3	1	2	
16	21	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1
17	29	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	1	0	1	1	0	2	2	2	2	1	1	2	2	0	1	1
18	22	1	3	3	1	1	2	4	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
19	26	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
20	25	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	1	1	2	3	2	1	4	1	2	2	1	1	2	2	2	1
21	32	2	2	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	1	0	0	0	0	2	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	1	2
22	24	2	2	3	2	1	4	3	3	1	1	2	4	4	4	4	3	2	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1

51	22	2	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	1	1	0	0	1	1	1	2	2	2	0	0	0	0	1	1	
52	20	2	2	3	1	2	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	
53	24	2	2	3	1	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	4	4	4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	
54	23	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	
55	18	1	2	3	4	3	2	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	
56	23	2	1	2	1	3	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	0	0	0	0	1	0	1	2	1	0	0	0	1	1	0	0	
57	22	1	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	1	1	0	0
58	21	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	
59	28	1	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	0	1	1	0	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	
60	21	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	3	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	2	1	0	0	0	
61	21	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	4	4	0	0	0	3	1	2	1	1	1	0	2	1	1	0	0	1	
62	27	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	1	0	1	1	0	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3
63	22	2	3	1	2	2	2	1	3	3	2	1	2	1	1	3	3	3	1	2	1	3	2	1	0	0	0	0	1	2	1	2	1	0	
64	28	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	2	1	0	1	1	0	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	
65	22	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	0	1	1	1	2	2	2	1	1	0	0	2	1	2	1	0	
66	30	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	1	2	1	0	0	
67	23	1	1	1	2	2	4	4	1	2	1	4	3	2	3	4	4	4	0	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	0	
68	25	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	1	0	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1
69	25	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	1	0	1	2	2	2	2	3	1	2	1	2	0	0	
70	26	1	1	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	0	0	1	0	3	2	2	1	5	1	1	0	0	0	0	0	
71	22	1	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	0	0	1	1	0	1	1	2	2	2	2	1	2	1	
72	24	2	3	1	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	2	0	1	1	0	0	0	1	1	1	2	1	0	1	2	0	2	
73	25	2	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	1	0	1	1	2	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	
74	26	1	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	0	5	4	4	5	4	5	1	2	3	2	2	2	5	4	

**VICERRECTORADO ACADÉMICO
ESCUELA DE POSGRADO**

DECLARACIÓN JURADA TESIS

Yo, Jerson Guzmán Collado, estudiante de la Maestría con mención en Docencia Universitaria y Gestión Educativa de la Escuela de Postgrado de la Universidad Alas Peruanas, filial Arequipa, identificado con DNI N° 42362101

DECLARO BAJO JURAMENTO QUE

1. Soy autor de la presente tesis titulada:
PROCRASTINACIÓN Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA UNSA AÑO 2023
2. La presente tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. La presente tesis no atenta contra derechos de terceros.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados.

Arequipa, 13 de febrero del 2024



Bach. Jerson Enrique Guzmán
Collado

DNI N°42362101