UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
FILIAL-JAÉN

TESIS

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN 2021

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA ENFERMERÍA

PRESENTADA POR LA BACHILLER
Ana Roxani Ojeda Gonzales

ASESORA:
Elena Vega Torres

JAÉN – CAJAMARCA
2023

Copyright @ 2022 by

Ana Roxani Ojeda Gonzales

“Derechos del autor”

Ojeda AR. 2022. **Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén 2021**/ Ana Roxani Ojeda Gonzales 66 páginas.

Asesora: Elena Vega Torres

Disertación académica para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería –UNC 2022.

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN 2021

Autor: Ana Roxani Ojeda Gonzales

Asesora: Elena Vega Torres

Tesis evaluada y aprobada para la obtención del título profesional de Licenciada en Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca por los siguientes miembros:

JURADO EVALUADOR

.....
Dra. Francisca Edita Díaz Villanueva
Presidente

.....
Lic.Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro
Secretario

.....
M.Cs. Wilmer Vicente Abad
Vocal

Cajamarca 2023

Se dedica este trabajo a:

A mi madre Natividad Gonzales Huamán y hermanos por su apoyo incondicional emocional y económico que me brindaron para lograr mi crecimiento profesional y personal.

A mi padre Manuel Mamerto Ojeda Quiroz por su apoyo en vida; y quien me ha motivado para seguir adelante y dar tregua a esta vida.

A mis familiares y amistades por su apoyo y soporte emocional.

Se agradece a:

Dios por permitirme alcanzar mis metas y objetivos trazados.

A la Dra. Elena Vega Torres, por su asesoría y dedicación para concluir con éxito la investigación.

A los docentes de la Escuela Académico profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, que nos impartieron sus sabios conocimientos que facilitaron ser una profesional competente para la sociedad.

A los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial–Jaén, que participaron en el estudio, brindando la información necesaria a través de dos cuestionarios, lo que permitió concretar el trabajo de investigación.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág
DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTOS……	viii
TABLA DE CONTENIDO ……..	ix
LISTA DE TABLAS ……	x
LISTA DE ANEXOS ……	vi
RESUMEN……	xii
ABSTRACT……	xiii
INTRODUCCIÓN……	1
CAPÍTULO 1: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN ……	3
1.1 Planteamiento del problema……	3
1.2 Formulación del problema……	4
1.3 Objetivos……	5
1.4 Justificación del estudio ……	5
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO……	7
2.1 Antecedentes del estudio……	7
2.2 Teoría sobre el tema……	10
2.3 Base teórica ……	13
2.4 Hipótesis……	21
2.5 Variables del estudio……	21
2.6 Operacionalización de variables……	22
CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO……	24
3.1 Diseño y tipo de estudio……	24
3.2 Población……..	24
3.3 Criterio de inclusión y exclusión……	25
3.4 Muestra……	25
3.5 Unidad de análisis……	26
3.6 Marco muestral……	26
3.7Técnica e instrumentos de recolección de datos……	27
3.8 Procesamiento y análisis de datos……	28
3.9 Criterios éticos de la investigación……	28
CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN……	30
4.1 Resultados……	30
4.2. Discusión……	32
CONCLUSIONES……	37
RECOMENDACIONES……	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS……	39
ANEXOS……	46

LISTA DE TABLAS

Pág.

Tabla 1 Grado procrastinación académica en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021…… 30

Tabla 2 Nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021…… 31

Tabla 3 Relación que existe entre procrastinación académica y nivel ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2021…… 31

Tabla 4 Características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca- Filial Jaén, 2021…… 53

Tabla 5 Dimensiones de la procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021…… 54

LISTA DE ANEXOS

		Pág.
Anexo 1	Escala de procrastinación académica……	46
Anexo 2	Escala de ansiedad ……	48
Anexo 3	Consentimiento informado ……	50
Anexo 4	Solicitud de autorización para aplicación de encuesta…….	51
Anexo 5	Autorización para aplicación de la encuesta.	52
Anexo 6	Datos estadísticos complementarios…….	53
Anexo 7	Formulario de autorización del Repositorio digital institucional……	55
Anexo 8	Acta de sustentación de tesis virtual……..	57

RESUMEN

Título: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial - Jaén 2021

Autora: Ana Roxani Ojeda Gonzales [1],
Elena Vega Torres[2]

El objetivo del estudio fue determinar la relación que existe entre procrastinación académica y nivel ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén. Estudio de diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional de corte transversal, con una muestra de 140 estudiantes de Enfermería matriculados en el ciclo académico 2021-I, a quienes se les aplicó la Escala de procrastinación académica y la Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung (EAA), Resultados: El grado de procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería fue medio (77,1%), alto (17,9) y bajo (5%). Y el nivel de ansiedad fue bajo (76,4%) y medio (23,6%). Conclusión: No existe relación entre el grado de procrastinación académica y el nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial - Jaén ($p > 0,05$).

Palabras clave: Procrastinación académica, nivel de ansiedad, estudiantes de Enfermería

---

1Aspirante a Licenciada de Enfermería (Bach. Enf. Ana Roxani Ojeda Gonzales, UNC Filial Jaén)
2 Elena Vega Torres, Doctora en Salud Pública. Profesora principal de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNC- Filial Jaén

ABSTRACT

Title: Level of academic procrastination and anxiety in nursing students of the National University of Cajamarca subsidiary Jaén 2021

Author: Ana Roxani Ojeda Gonzales [1]
Elena Vega Torres[2]

The objective of the study was to determine the relationship between academic procrastination and anxiety level in Nursing students of the National University of Cajamarca Branch Jaén. Cross-sectional correlational descriptive non-experimental design study, with a sample of 140 nursing students enrolled in the 2021-I academic year, to whom the Academic Procrastination Scale and Zung's Anxiety Self-Assessment Scale were applied. (EAA), Results: The degree of academic procrastination in the Nursing students was medium (77.1%), high (17.9) and low (5%). And the level of anxiety was low (76.4%) and medium (23.6%). Conclusion: There is no relationship between the degree of academic procrastination and the level of anxiety in nursing students at the Universidad Nacional de Cajamarca Filial - Jaén ($p > 0.05$).

Keywords: Degree of procrastination, level of anxiety, nursing students

---

[1]Aspiring Bachelor of Nursing (Bach. Enf. Ana Roxani Ojeda Gonzales, UNC Branch Jaén)

[2] Elena Vega Torres, Doctor of Public Health. Principal professor of the Faculty of Health Sciences of the UNC- Jaén Branch

INTRODUCCIÓN

En la etapa universitaria la mayoría de los estudiantes son adolescentes y adultos jóvenes, población donde se consolidan los proyectos de vida, se adquiere la mayoría de edad, asumen nuevas responsabilidades sociales y aumentan las presiones psicosociales, lo que puede redundar en una mayor vulnerabilidad frente a trastornos mentales como la ansiedad.

La ansiedad, es uno de los trastornos psicológicos más registrados en los Centros de Salud en la población en general y con mayor presencia en el ámbito universitario[1].

Ingresar a la Universidad, puede conllevar significativos cambios en las actividades cotidianas de los estudiantes (separación del núcleo familiar, aumento de responsabilidades, reevaluación de las actividades que realizan, entre otros.). Además, las exigencias organizativas y académicas conducen al joven hacia reacciones adaptativas generadoras de ansiedad y considerable perturbación psicosocial con disminución del rendimiento. Ahora bien, no siempre se presta la debida atención a la salud mental de los alumnos, menos aún si se tiene en cuenta que, en general, la juventud constituye un segmento poblacional relativamente sano[2,3].

Por otra parte, Ferrari et al. citado por Clever[4] encontraron que la situación que les produce más ansiedad a los estudiantes de Enfermería es la falta de tiempo para cumplir con sus actividades académicas, y cómo consecuencia, una sobrecarga académica, que conduce al estudiante a la procrastinación.

El término procrastinación se ha convertido en un fenómeno típico en nuestra sociedad, cuya actividad de posponer tareas es un acto irresponsable de los estudiantes. Éste actuar puede ser voluntario o involuntario lo que genera severas consecuencias. La procrastinación inicia en la adolescencia y se establece en la edad adulta perjudicando su desempeño académico y laboral[5].

En este contexto se ha desarrollado este estudio con el objetivo de Determinar la relación que existe entre procrastinación académica y nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, teniendo como referente no solo estudios internacionales sino también nacionales.

La investigación es de tipo descriptiva correlacional de corte transversal, con una muestra de 140 estudiantes de Enfermería, a quienes se les aplicó Escala de procrastinación académica y la Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung (EAA),

El trabajo está organizado en Introducción, capítulo I: Problema de investigación, contiene el planteamiento del problema, objetivos y la justificación. Capitulo II: Marco teórico, incluye los antecedentes internacionales y nacionales, bases teóricas, variables y operacionalización de variables. En el Capítulo III: Diseño y metodología, comprende diseño y tipo de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez del instrumento, procesamiento y análisis de datos, consideraciones éticas. Por último, el Capítulo IV presenta los resultados y discusión, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La procrastinación académica es una conducta de retraso o postergación de una actividad dentro de un plazo establecido, afectando de manera negativa el aprendizaje, reflejado en un bajo rendimiento académico en los estudiantes universitarios[6,7]. Es decir, las acciones del procrastinador contribuyen al incremento de ansiedad a manera de defensa frente al temor a fracasar[6,8].

En Estados Unidos se encontró que todas las personas en algún momento de su vida han procrastinado, siendo los estudiantes universitarios menores de 25 años los que presentaron mayores niveles de procrastinación (80%)[9] ocasionando malestar, disminución de la motivación intrínseca[2], menor logro académico, baja autoestima[10], dificultad en la conducta, en los pensamientos y emociones[4],trastornos del ánimo, personalidad y ansiedad[11].

En Latinoamérica, la prevalencia de la procrastinación académica es alta. En Colombia, se encontró que existe una relación directa entre la postergación y autorregulación de actividades con los desórdenes emocionales, identificándose síntomas de ansiedad y depresión en los estudiantes universitarios[12].

Se puede decir, que la procrastinación académica tiene sus inicios antes de la etapa universitaria en donde los mayores niveles de procrastinación se presentan en la educación superior y generalmente se relacionan con bajo rendimiento académico y deserción estudiantil.

En el Perú en el ámbito académico se halló que 60% de los universitarios procrastinadores, siempre presentan las tareas a última hora y esperan que los docentes

les presionen para ponerse a trabajar[13] justifican el cumplimiento de sus deberes por procesar inadecuadamente la información, se interesan por las actividades que le dan mayor gratificación a corto tiempo[14].

La procrastinación académica es una conducta presente entre los estudiantes universitarios y en actividades referentes al final de curso o evaluación de conocimientos, la principal causa es la falta de energía y autocontrol de la conducta, a pesar de esto, los estudiantes muestran poca intención para dejar de procrastinar.

En el ámbito local durante la vivencia académica se observó que en los estudiantes universitarios entregan sus actividades contra reloj o no entregan las tareas del todo lo que genera estados de frustración y ansiedad en los estudiantes de Enfermería.

Al dialogar con algunos estudiantes manifestaron lo siguiente: "*más tarde lo hago la tarea", mejor mañana, "todavía hay tiempo", "espero que envíen un modelo mis compañeros para hacerlo", la tarea no lo entiendo, esta complicada"* entre otras expresiones.

En la disciplina de Enfermería, el impacto de la procrastinación representa grandes brechas en la formación de los estudiantes de Enfermería, debido a que, durante su formación, ellos deben desarrollar y adquirir habilidades, destrezas para el ejercicio profesional en las instituciones de salud. Por tal motivo en este estudió se planteó la siguiente pregunta de investigación.

1.2. Formulación del problema de investigación

¿Qué relación existe entre la procrastinación académica y el nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén 2021?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación que existe entre procrastinación académica y nivel ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el grado procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

- Identificar el nivel de ansiedad académica en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

1.4. Justificación

La procrastinación académica actualmente no solo es un problema frecuente, sino también, es una conducta incomprendida y no es abordada a profundidad en el área de educación y salud. Esta problemática, genera ansiedad en los estudiantes de Enfermería

En ese sentido, la ansiedad es un problema de salud pública, por ser una de las causas más importantes de la atención primaria, además, no solo deteriora el bienestar mental y físico de quien lo padece, sino que también, afecta su entorno social y académico.

Además, existen escasos estudios en la región Cajamarca y a nivel nacional.

El aporte de la investigación se enmarcó en los aspectos: teórico, práctico y metodológico. Teórico porque admitió conocer el objeto del estudio a la investigadora y a la comunidad científica. Aporte práctico porque a partir de los resultados de la investigación los directivos de la Universidad pueden formular estrategias de intervención para fortalecer la motivación intrínseca y la autorregulación en torno a metas claras, precisas y medibles. También, a los docentes les permite planificar actividades, que contribuya a evitar la

procrastinación académica y mejorar la autoestima en los estudiantes de Enfermería. Y un aporte metodológico, conducente a que los estudiantes y personas interesadas en la temática adquieran experiencia del método utilizado en la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

Internacional

Escobar y González[14] en el 2018, en Bogotá- Colombia realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de comunidades universitarias. Investigación de enfoque cuantitativa de tipo descriptiva correlacional de corte transversal. El estudio se realizó en 407 sujetos de los cuales 253 eran mujeres y 154 varones pertenecientes a 12 comunidades universitarias. Encontró que existe mayor asociación entre las variables ansiedad rasgo con la procrastinación académica (0,417). El sexo femenino obtuvo mayor promedio de ansiedad estado rasgo (23,5) en comparación con el sexo masculino, en función a la edad existe asociación entre la procrastinación académica, la autorregulación académica, la ansiedad estado, laansiedad rasgo y la autorregulación general, sin embargo, para los adolescentes esmás fuerte la correlación entre la procrastinación y la autorregulación general y menor relación entre la procrastinación y la ansiedad. Concluyeron que existe asociación entre la procrastinación académica con todos los factores de autorregulación del aprendizaje, y una correlación positiva entre la ansiedad y la procrastinación académica.

En Ambato Ecuador en el año 2020, Altamirano[15] realizó una investigación cuyo objetivo fue identificar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios. Estudio de tipo descriptivo correlacional. La población estuvo conformada por 50 estudiantes del primer y noveno semestre de la carrera de psicología clínica, quienes fueron seleccionados bajo criterios de inclusión y exclusión, cuyos resultados indican que la postergación era mayor en los estudiantes de noveno semestre y la autorregulación predominaba en los estudiantes de primer semestre.Prevalecieron los niveles de ansiedad leves (54%) y severos (28%). Conclusión: existe una

correlación estadísticamente significativa entre la dimensión de postergación de actividades, ansiedad.

Nacional

Ramos, Pedraza[16] en el año 2017, en Chiclayo realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre Procrastinación académica y ansiedad. Investigación de tipo descriptiva correlacional. La muestra estuvo constituida por 150 estudiantes, quienes presentan procrastinación académica en un nivel alto (72,7%), medio (22%) y bajo (5,3%) y un nivel alto de ansiedad (35,3%), medio 36% y bajo (28,7%). Se observa que existe una relación positivaaltamente significativa entre la dimensión desorganización de procrastinación académica y un nivel medio de ansiedad (p<0,005). Existe una relación positiva altamente significativa entre dimensión responsabilidad de procrastinación académica y un nivel medio en ansiedad, (p<0,005). Concluyeron que existe una relación positiva significativa entre procrastinación académica y ansiedad.

En el año 2018 Gil y Botello[17] en Lima realizaron un estudio, cuyo objetivo fue determinar la relación entre procrastinación académica (PA) y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad privada de Lima Norte. Investigación correlacional de diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 290 universitarios, cuyos resultados fueron que la mayoría pertenecen al sexo femenino (78,6%), edad mediade 22,8 años, pertenecen a la carrera profesional de psicología (35,8%), presentanansiedad en nivel mínimo a moderado (34,1%). Se evidencia relación significativaentre PA y sexo (PV=0.02); la postergación de actividades se relacionó con ansiedad (PV=0.0005) y carrera profesional (PV=0.03); asimismo, ésta última se asoció con ansiedad (PV=0.001). Concluyeron que los varones procrastinan más que las mujeres (m=41) y los estudiantes de Ciencias de la Salud al postergar sus actividades académicas experimentan mayores niveles de ansiedad.

Marquina y Horna[18] en el año 2018, realizó un estudio de investigación cuyo objetivo fue determinar la relación existente entre procrastinación académica y ansiedad en un grupo de estudiantes universitarios ingresantes en una universidad

privada de Lima Metropolitana. Investigación de diseño no experimental de tipo correlacional. Los instrumentos fueron la escala de procrastinación académica (EPA) y la escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung. Los resultados evidencian que las variables de procrastinación académica y ansiedad presentaban una correlación negativa, no obstante, los puntajes de ansiedad y procrastinación académica son moderados. Concluyó que los estudiantes que procrastinan no presentan ansiedad posiblemente a que la actitud de procrastinar no afecta su desempeño y tampoco es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad.

Rodríguez[19] en el año 2019, en Lima realizó una investigación titulada procrastinación académica en internos de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener. Investigación de diseño no experimental, enfoque cualitativo de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 112 internos de enfermería. Para la recolección de los datos se utilizó la escala de procrastinación académica (EAP). Los resultados de la procrastinación, fue medio (74%) y alto (26%), es decir que hay autocontrol, organización del tiempo, estrategia de aprendizaje poco eficaces, aplazamiento de inicio, continuación o culminación de tareas académicas y presión de tiempo. Concluye que en la dimensión autorregulación académica, el nivel fue medio y alto en la asignación de valores con bajo autocontrol y organización del tiempo y en estrategias de aprendizaje. En la dimensión postergación de actividades, el nivel fue medio y alto en la asignación de valores con bajo autocontrol y organización del tiempo y también, en estrategias de aprendizaje.

En el 2020 Aspur, Falconi[20] realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Ica. Investigación no experimental, de tipo descriptivo simple. La muestra estuvo conformada por 29 estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Alas Peruanas -Ica. La técnica que se utilizo fue la encuesta y el instrumento fue la Escala de Procrastinación Académica (EPA), cuyos resultados fueron que los participantes presentaron nivel medio (48%) de procrastinación académica, niveles bajos (38%), y nivel alto (14%),con una media aritmética de 26,2. Concluyeron que los estudiantes universitarios tienen un nivel medio de procrastinación académica.

En Lima Torres[21] en el año 2021, investigó cuyo objetivo fue determinar el gradode asociación entre las variables de procrastinación académica y ansiedad. Investigación de diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional, se administraron dos instrumentos: Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA). Encontró que el 51,6% de los participantes presentaron un nivel medio de procrastinación académica y el 59% ansiedad mínima a moderada. Concluye que existe una correlación estadística muy significativa de tipo directa y de nivel moderada baja entre procrastinación académica y ansiedad. A mayor magnitud de procrastinación académica, mayor será la magnitud de ansiedad en los educandos universitarios.

Castro, Rodríguez[22] en el año 2018, realizó una investigación para determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de una Universidad de Cajamarca. Investigación no experimental, descriptiva correlacional. La muestra estuvo conformada por 274 estudiantes de la carrera de psicología. Resultados: Los varones presentan mayor nivel de procrastinación académica que las mujeres y presentan mayor nivel de ansiedad ante los exámenes que los varones. Concluyen que existe diferencia significativa entre la procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes según sexo, edad y ciclo académico. Y que existe una correlación moderada y muy significativa entre la procrastinación académicay la ansiedad ante los exámenes, especialmente en la dimensión percepción sobre la falta de recursos y la preocupación.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Modelos de procrastinación

Modelo cognitivo-conductual de la procrastinación

Natividad[23] Ellis y Knaus[24] sostienen que las creencias irracionales que desarrollan los procrastinadores perjudican su autoconcepto académico, el aplazar las tareas no es favorable para un adecuado ajuste comportamental, ocasionando sufrimiento emocional.

Las creencias irracionales originan tres factores que hacen que el estudiante no

culmine adecuadamente la tarea:

Autolimitación: se menciona que las creencias irracionales son pensamientos absolutistas y dogmáticos que la persona se siente negativa, no dicen lo que desean, sienten que su meta es elevada y que es inalcanzable, esto origina que la persona que tiene autoconcepto y autoeficacia inadecuado piensa que no puede tener la capacidad para resolverlo, y lo demuestra en su comportamiento.

Frustración: las creencias irracionales son elevadas según la normalidad,donde el sujeto conlleva a estar presente en todas las competencias de la persona, estas creencias no distinguen ningún logro obtenido, por el contrario,la frustración de la persona es evidente y hace que el estudiante no se sienta relacionado con su tarea académica, y sus respuestas emocionales no dan a entender que el estudio es algo desagradable.

Hostilidad: Hacen que las personas lleguen a una frustración e impotencia constante, lo que ocasiona sentimientos de ira y hostilidad, manifestándose de forma externa e interna.

2.2.2 Teoría de la ansiedad

Teoría tridimensional de la ansiedad

La ansiedad y las reacciones se observan a través de tres niveles de respuestas: cognitivo subjetivo, fisiológico y motor o conductual y las respuestas que proveen cada nivel se correlacionan entre sí, siendo expresado de diferente manera por cada persona.

A nivel cognitivo o subjetivo, se basa en los pensamientos o ideas subjetivas que influyen en las funciones superiores. La ansiedad está caracterizada por sentimientos de malestar, preocupación, tensión, miedo, inseguridad, hipervigilancia, indecisiones, sensación de la pérdida de control de la situación, pensamientos negativos propios y del entorno, temor a exponer las propias debilidades, dificultad de concentrarse, pensar y estudiar.

A nivel fisiológico, es la consecuencia de activar diferentes sistemas orgánicos del cuerpo, así como la activación de los sistemas nervioso autónomo y motor, sistema nervioso central, endocrino, inmune, respiratorio, neurovegetativo,

genitourinario, entre otros sistemas del cuerpo. Por la alteración y activación de estos sistemas se observan cambios en la frecuencia cardíaca, aumento de la frecuencia y dificultad respiratorias, sudoración, tensión muscular, dificultadesal consumir alimentos. Además, que presentan otros desórdenes psicofisiológicos como dolores de cabeza, mareos, náuseas, contracturas musculares, disfunciones gástricas, entre otros.

A nivel motor o conductual se entiende como aquellos comportamientos observables consecuencia de diversas actividades. Existe la presencia de manifestaciones motores como la hiperactividad, movimientos estereotipados, repetitivos y torpes, llanto, tensión, facial, tartamudeo y dificultad en el habla, consumo elevado de alimentos y bebidas, quedarse en blanco, respuestas de evitación a situaciones que producen ansiedad[25]. Esta teoría es aplicada en el ámbito de la salud y académico, lo que indica su actualidad, relevancia y practicidad.

Teoría de la ansiedad según Freud[33]

1. *La ansiedad real,* que aparece ante la relación que se establece entre el yo yel mundo exterior; se manifiesta como una advertencia para el individuo, es decir, le avisa de un peligro real que hay en el ambiente que lo rodea.

2. *La ansiedad neurótica*, que resulta más complicada, se entiende también como una señal de peligro, pero su origen hay que buscarlo en los impulsos reprimidos del individuo, siendo ésta la base de todas las neurosis; se caracteriza por la carencia de objeto, estando el recuerdo del castigo o evento traumático reprimido, no se reconoce el origen del peligro; además, se relaciona el peligro con el castigo contingente a la expresión de los impulsos reprimidos, lo que permite reconocer la superioridad de esta ansiedad respecto a la objetiva diferencia entre peligro real externo y peligro de origen interno y desconocido.
3. *La ansiedad moral* es conocida como la de la vergüenza, es decir, aquí el super yo amenazo al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos. Toda psiconeurosis es un trastorno emocional expresado en el plano psíquico, con o sin alteraciones somáticas y con una leve

deformación afectiva del sentido de la realidad, que se manifiesta en las relaciones sociales, familiares e interpersonales.

Se puede decir, que la ansiedad es una alteración mental común en los estudiantes universitarios especialmente en Enfermería, debido a que en algún momento de la vida experimentan sentimientos ansiedad, insomnio u otros síntomas que pueden generar malestar y algunos inconvenientes en las personas, pero si no se interviene oportunamente puede afectar su bienestar físico, mental y social., por ello, es fundamental prestar atención a la ansiedad

2.3. Bases conceptuales

2.3.1. Procrastinación académica

La palabra procrastinación proviene del latín *pro*, que significa delante de un favor de *crastinus,* que significa del día de mañana[26].

Para Wolters, Milgram citado por Zavala[27] Procrastinación académica es la no realización de una actividad dentro de un plazo deseado o la postergación hasta las actividades de último momento que se pretenden contemplar. Además, no es solo cuando el estudiante no entrega sus tareas a tiempo, sino también, cuando sale desaprobado en sus exámenes, y como consecuencia tiene un bajo rendimiento académico debido a la desesperación,

Ferrari citado por Carranza y Ramírez[7] explica que la procrastinación es la demora voluntaria para realizar las actividades académicas y que los educandos tienen la intención de realizar una actividad académica dentro del plazo dado, pero no se motivan, no sienten el deseo de hacerlo por la aversión que les causa la tarea; identificándose en ellos baja capacidad de autorregulación en consecuencia se percibe bajo nivel de autoestima y un alto nivel de ansiedad al desempeño.

Causas de la procrastinación

Fauziah citado por Zavala[27] escriben las causas de la procrastinación:

- Mala gestión del tiempo
- Agobio ante determinadas tareas
- Incapacidad para concentrarse

- Miedo y ansiedad relacionados con el fracaso
- Problemas personales
- Expectativas poco realistas
- Perfeccionismo
- Tendencia a la distracción

Consecuencias de la procrastinación

Dryden citado por Contreras[28] considera consecuencias académicas y emocionales:

Consecuencias académicas, Calificaciones bajas, ausentismo a clase, reprobación y tasas de deserción más altas.

Consecuencias emocionales, Inadecuación personal, autodesprecio, vergüenza, culpa, frustración y ansiedad, sentimientos de impotencia, preocupación constante, hostilidad y depresión.

Dimensiones de la procrastinación académica

Para Domínguez et al.[29] la procrastinación tiene dos dimensiones:

Postergación de actividades se manifiesta en las acciones de postergación o aplazamiento de las actividades o tareas académicas.
Autorregulación académica, es un proceso activo en el que los estudiantes establecen sus objetivos principales de aprendizaje y a lo largo de este, tratan de conocer, controlar y regular sus cogniciones, motivaciones y comportamientos para alcanzar sus objetivos

2.3.2. Ansiedad

Etimología

La RAE; Ansiedad proviene del latín anxietas que significa estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo[30].

Para la Asociación Americana de Psicología (APA)[31]. La ansiedad es una emoción caracterizada por sentimientos de tensión, pensamientos de preocupación y

cambios físicos como aumento de la presión arterial. Las personas con trastornos de ansiedad suelen tener pensamientos o preocupaciones intrusivos recurrentes. Pueden evitar ciertas situaciones por preocupación. También, pueden presentar síntomas físicos como sudoración, temblores, mareos o palpitaciones.

Para Tobal citado por Sierra[32] es una respuesta emocional o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos, displacenteros, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos.

Para la investigadora ansiedad, es un sentimiento de miedo, temor e inquietud,que se presenta en situaciones que va a ocurrir o puede ocurrir.

Enfoques de ansiedad

Enfoque psicoanalítico

Freud concibió la ansiedad como un estado afectivo desagradable en el que aparecen fenómenos como la aprensión, sentimientos desagradables, pensamientos molestos y cambios fisiológicos que se asocian a la activación autonómica. Este autor identifica elementos fenomenológicos subjetivos y fisiológicos, siendo los primeros más relevantes bajo su punto de vista, añadiendo que es el componente subjetivo el que implica, en sí mismo, el malestar propio de la ansiedad. Por otra parte, carácter adaptativo, actuando como una señal ante el peligro real e incrementando la activación del organismo como preparación para afrontar la amenaza[33].

Enfoque conductual

El conductismo parte de una concepción ambientalista, donde la ansiedad es entendida como un impulso (drive) que provoca la conducta del organismo. Desde esta perspectiva, Hull conceptualiza la ansiedad como un impulso motivacional responsable de la capacidad del individuo para responder ante una estimulación determinada. Para la respuesta de ansiedad utiliza los términos de miedo y temor frecuentemente. Así, desde las teorías del aprendizaje, la ansiedad se relaciona

con un conjunto de estímulos condicionados o incondicionados que elicitan a la misma en forma de respuesta emocional; además, ésta se concibe como un estímulo discriminativo, considerando que la ansiedad conductual está mantenida a partir de una relación funcional con un refuerzo obtenido en el pasado. Todo ello indica que se puede entender el escenario en el que se aprende la conducta de ansiedad a través del aprendizaje por observación y el proceso de modelado.

Enfoque cognitivo

Desde este enfoque, el individuo percibe la situación, la evalúa y valora sus implicaciones; si el resultado de dicha evaluación es amenazante, entonces se iniciará una reacción de ansiedad modulada por otros procesos cognitivos; situaciones similares producirán reacciones de ansiedad parecidas en su grado de intensidad, el eje cognitivo del individuo muestra los pensamientos, ideas, creencias e imágenes que acompañan a la ansiedad; estos pensamientos inductores de ansiedad giran en torno al peligro de una situación determinada o al temor ante una posible amenaza. En la mayoría de los casos, funcionan de forma automática, es decir, él individuo a penas se da cuenta de cuando se ponen en marcha, por lo que no los puede controlar y cree firmemente que no están bajo su dominio.

Enfoque cognitivo-conductual

En este enfoque la conducta quedaría determinada a partir de la interacción entre las características individuales de la persona y las condiciones situacionales que se presentan. Cuando un individuo siente o afirma tener ansiedad, intervienen en dicho proceso distintas variables, por lo que ninguna de ellas debe ser despreciada para el estudio de este; se trata de variables cognitivas del individuo (pensamientos, creencias, ideas, entre otras) y variables situacionales (estímulos discriminativos que activan la emisión de la conducta). Según esto, la ansiedad pasa de ser concebida como rasgo de personalidad a ser considerada como un concepto multidimensional, existiendo áreas situacionales específicas asociadas a diferencias relativas al rasgo de personalidad.

A partir de ahí surge la teoría interactiva multidimensional Endler y Magnusson, Endler, y Okada, quienes defienden que es imprescindible la congruencia entre el rasgo de personalidad y la situación amenazante para que la interacción entre

ambos dé lugar al estado de ansiedad. También la ansiedad es un sistema triple de respuesta en el que interactúan manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras. En definitiva,la ansiedad empieza a ser conceptualizada como una respuesta emocional que, a su vez, se divide en tres tipos de respuestas, las cuales incluyen aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, debido a la posible influencia de estímulos tanto internos como externos al propio individuo; el tipo de estímulo que provoca la respuesta de ansiedad está determinado, en gran medida, por las características del individuo[33].

Manifestaciones clínicas de la ansiedad

A nivel experiencial o cognitivo: caracterizado por

- Sentimientos de tensión
- Aprensión
- Preocupación
- Inseguridad
- Autovaloraciones negativas
- Anticipaciones de eventos negativos
- Dificultad para la concentración

Nivel fisiológico:

Sistema nervioso autónomo (S.N.A)

- Modificaciones en la frecuencia cardiaca
- Conductividad eléctrica de la piel
- Presión arterial

Sistema nervioso central (S.N.C.)

- Sudoración palmar excesiva
- Palpitaciones
- Arritmias
- Molestias en el estomago
- Dolores de cabeza
- Temblor en las extremidades
- Escalofríos

- Apnea
- Respiración agitada
- Sequedad de la boca
- - Dificultad para comer
- Nivel expresivo o motor:

Conductas motoras

- Movimientos repetitivos
- Rascarse o tocarse alguna parte del cuerpo reiteradamente
- Moverse o hacer cosa sin una finalidad concreta
- Manipulación continua de objetos conductas de tensión muscular
- Movimientos torpes
- Temblores
- Paralización
- Tartamudez u otra dificultad de expresión verbal

conductas de malestar o distrés:

- Llanto
- Expresiones faciales de susto
- Miedo o desesperación
- Evitación o escape de las situaciones

Conductas consumatorias que puedan dar seguridad:

- Fumar
- Beber en exceso en reuniones sociales
- Comer demasiado
- Picar entre comidas
- Tomar tranquilizantes[34].

Tipos de ansiedad

Ansiedad normal, surge como reacción de emergencia ante situaciones que impliquen peligro amenaza o la posibilidad de una pérdida o fracaso. Esta ansiedad tiene una función esencialmente "adaptativa" y constituye un poderoso estímulo para el desarrollo y maduración de la persona, estando implicada, de

algún modo, en las actividades creativas del hombre[35].

- Poco intensa o persistente
- Impulso positivo/productivo
- Adaptativa
- Adecuación al estímulo
- No limita las posibilidades y libertades del sujeto

Ansiedad patológica, compromete e impide el buen funcionamiento y efectividad de la conducta humana tanto a nivel individual como social.

- Profunda y recurrente
- Interfiere en el rendimiento
- Desorganizadora de la conducta adaptativa
- Inadecuada o desproporcionada al estímulo
- Coarta las posibilidades de pensar y actuar[35].

Clasificación de desórdenes de ansiedad

Según la "American Psychiatric Asociación", conocidas como Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (D. S. M.), establece cinco categorías básicas en los trastornos de ansiedad:

Trastorno por ataques de ansiedad, referida a crisis de ansiedad recurrentes,con ataques de pánico que surgen espontáneamente sin un origen justificado y que pueden trastornar enormemente la vida cotidiana del sujeto.

Trastornos fóbicos, tienen como rasgo común y esencial, la presencia continuada de un miedo patológico e irracional ante un objeto específico, actividad o situación. Este temor, reconocido por el propio sujeto como excesivo e irracional, desencadena una conducta de evitación del "objeto temido" que compromete la vida normal del individuo.

Trastorno obsesivo-compulsivo, presencia de pensamientos o acciones no voluntarias que el paciente debe realizar de forma inevitable para no sentir ansiedad. El sujeto reconoce lo absurdo de sus pensamientos o acciones, pero el no llevarlas a cabo le generan ansiedad.

Trastorno por estrés traumático, aquellos casos que presentan secuelas

psicológicas negativas, después de haber experimentado emocionalmente como traumático, un acontecimiento que resulta muy traumático para casi todo el mundo (graves amenazas a la vida o a la integridad física propia o de personas muy allegadas, catástrofes, guerras, sufrir o presenciar violencia física o accidentes). Se caracteriza por los recuerdos y sueños recurrentes del suceso traumático, un estado emocional exaltado e hipervigilante ante los estímulos, por temor a que vuelva a ocurrir la experiencia, y una acentuada disminución del interés por los sucesos y actividades cotidianas.

Trastorno de ansiedad generalizada, la alteración emocional es de carácter continuo y persistente, con preocupaciones excesivas e inmotivadas, ante cualquier tipo de circunstancias de la vida, que tienden a hacerse crónicas. El paciente experimenta estados continuados de tensión motora, hiperactividad autonómica, y estados excesivos de vigilancia y alerta[35].

Nivel de ansiedad

Ansiedad leve: La persona se encuentra alerta, observa y escucha domina la situación antes que se produzca, se considera una ansiedad benigna ode tipo ligero.

Ansiedad moderada: Las reacciones emocionales que se pueden presentar, son: frecuente respiración entrecortada, tensión arterial elevada, estómago movido, boca seca, diarrea o estreñimiento, expresión facial de miedo inquietud, respuestas de sobresalto, dificultad de dormir o relajarse.

Ansiedad grave: El campo perceptual de una persona se ha reducido notoriamente, por lo que es incapaz de analizar lo que sucede. La atención se concentra en uno o varios detalles dispersos lo que ocasiona distorsión en lo que se observa, dificultad para aprender nuevas cosas y para establecer secuencias lógicas. A nivel neurovegetativo, se presenta la respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofocación, movimientos involuntarios o temblor corporal, expresión facial de terror, hipertensión arterial, entre otras[35].

2.4. Hipótesis

Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

2.5. Identificación de la variable

Variable 1: Procrastinación académica

Variable 2: Nivel de ansiedad

2.6. Operacionalización de las variables

Variable	Definición	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Valor final/ Dimensiones	Valor global	Tipo de variable	Escala de medición
Procrastinación académica	Consiste en posponer las actividades académicas repercutiendo en el rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería[27].	La Procrastinación académica comprende: postergación de actividades y autorregulación académica.	Postergación de Actividades	Dejar la tarea para el último	Bajo: 3 – 9 Medio9 – 12 Alto12 - 15	Bajo: 12 – 36 Medio: 36 – 48 Alto 48 - 60	Cualitativa	Ordinal
				Postergar los trabajos				
				Postergar las lecturas				
			Autorregulación Académica	Prepararse para el examen	Bajo 9-27 Medio 27-36 Alto 36-45			
				Buscar ayuda cuando tiene problema				
				Asistir a clases				
				Cumplir con el trabajo asignado				
				Intentar mejorar los hábitos				
				Invertir el tiempo en estudiar				
				Tratar de motivarme en el estudio				
				Terminar los trabajos a tiempo				
				Revisar las tareas antes de entregar				

Variable	Definición conceptuall	Indicador	Valor final	Tipo de variable	Escala de mediciónn
Nivel de ansiedad	Es la respuesta emocional que se presenta en el estudiante de Enfermería ante situaciones que percibeo interpreta como amenazante o peligrosa se medirá en nivel alto, medio y bajo[31].	Sentirse abatido y melancólico.	Bajo: 20 –50 Medio: 50-65 Alto: 65 -80	Cualitativa	Ordinal
		Sentirse mejor.			
		Tener ganas de llorar.			
		Dormir mal			
		Tener apetito como antes.			
		Atraen las personas de sexo opuesto			
		Estar perdiendo peso.			
		Tener trastornos intestinales y estreñimiento.			
		Latir el corazón más de costumbre			
		Cansarse sin motivo.			
		Tener la mente clara			
		Hacer las cosas como antes			
		Sentirse nervioso(a)			
		Tener esperanza			
		Estar irritable			
		Tomar decisiones			
		Sentirse útil			
		Satisfacción de su vida			
		Estarían mejor los demás si yo muero			
		Disfruto de las cosas			

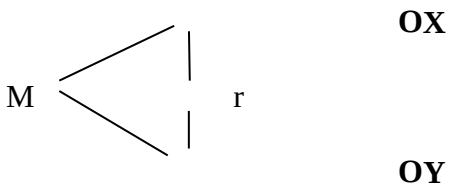
CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo y diseño de estudio

El estudio de diseño no experimental de abordaje cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional y transversal.

Es de diseño no experimental, porque el estudio no manipula las variables, y solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para su análisis[36]. Cuantitativo, porque permite probar o refutar una hipótesis predeterminada en la investigación[36]. *Descriptivo* porque se observa lo que ocurre con el fenómeno en estudio en condiciones naturales[36]. *Correlacional*, porque busca medir el grado de relación entre dos o más variables, en este caso mide la relación entre la procrastinación académica y ansiedad. *Transversal* porque recopila los datos en un solo momento[36].

El diagrama para el estudio es el siguiente:



Donde:

M =Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional deCajamarca Filial Jaén.

Ox =Procrastinación académica

Oy = Ansiedad

r = Relación

3.2 Población

Estuvo constituida por 220 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, matriculados en el ciclo 2021-I.

3.3 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Estudiantes de Enfermería matriculados en el periodo académico 2021 - I, que cursan del primero a quinto año de estudios.
- Estudiantes de ambos sexos

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no cumplan con el llenado de las respuestas del cuestionario.
- Estudiantes que no se encuentren presentes en el momento del recojo de la información.

3.4 Muestra

Para determinar la muestra se utilizó la fórmula de poblaciones finitas

$$\frac{Z^2\,PQN}{E^2\,(N-1)+Z^2\,PQ}$$

$$\frac{(1.96)^{2}.\ 0{,}5.0{,}5.220}{0{,}05^2\,(220-1)+(1{,}96)^2\ 0{,}5.0{,}5}$$

Donde:

n: Muestra

Z: Nivel de confianza (95%): 1.96

P: Probabilidad de éxito 5%: 0.5

Q: Probabilidad de fracaso 5%: 0.5

E: Error de la muestra 0.5%:0.05

N: La población: 220

n= 140

La muestra se obtuvo mediante el muestreo probabilístico estratificado por año de estudios, que está conformado por estudiantes de I al V año de estudios.

Para obtener la muestra por año de estudios se utilizó el muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple, para lo cual se tuvo un listado de todos los estudiantes de la población, a quienes se les asigno un número, luego se introdujo en una caja pequeña y de forma aleatoria se obtuvo el total de las unidades muestrales de cada año

Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, según año de estudio 2021- I

Estratos	Población por estratos	Factor	Muestra
Primer	46	0.64	29
Segundo	48	0.64	31
Tercer	67	0.64	43
Cuarto	49	0.64	31
Quinto	10	0.64	6
Total	220		140

3.5 Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, matriculados en el año académico 2021-I

3.6 Marco muestral

Estuvo constituido por el listado de alumnos de primero a quinto año de estudios de la Escuela Académico Profesional de Enfermería Filial Jaén, correspondiente al

periodo académico 2021-I.

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la variable Procrastinación académica se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario denominado: Escala de procrastinación académica (EPA); instrumento elaborado por Busko[37] en el año 1980 en Canadá adaptado por Alvares[5] en Perú en el año 2010, posteriormente en el año 2014 en Lima, identificó Domínguez et al.[13] 12 reactivos, distribuidos en dos dimensiones La autorregulación académica (2,3,4,5,8,9,10,11,12,,), con cinco opciones de respuesta 1 (Nunca), 2 (pocas veces), 3 (a veces), 4 (casi siempre), 5 (Siempre) y postergación de actividades (1, 6,7) se calificó de manera inversa con una calificación de 5 al 1. (anexo 1). El cuestionario tuvo una duración aproximadamente de 15 minutos. El instrumento fue validado por Domínguez et al.[13] obtuvo una confiabilidad Alpha de Cronbach de 0.923 para la escala total, de 0.833 para la autorregulación académica y 0.832 para la postergación de actividades. lo que permite concluir que la EPA presenta confiabilidad alta.

Para la variable Ansiedad se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario denominado: Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA), elaborada por Zung[38]. en el año 1965 en España adaptada al Perú por Astocondor[42]. en año 2001, contiene 20 reactivos abarca una amplia variedad de síntomas o signos de ansiedad como expresión de trastornos emocionales, con cuatro opciones de respuesta “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia” y “Siempre o casi siempre”. (anexo 2). El cuestionario tuvo una duración de aproximadamente 20 minutos. El instrumento fue adaptado y validado por Astocondor[39] en el año 2001 obtuvo una confiabilidad Alpha de Cronbach 0,7850.

3.8 Procedimiento para la recolección de datos

a) Para la ejecución del estudio se solicitó a la coordinadora de la Escuela Académico Profesional de Enfermería Filial Jaén la autorización y el listado de los alumnos matriculados en el ciclo académico 2021- I.

b) Posteriormente el documento de autorización y el consentimiento informado fue enviado por correo electrónico a los estudiantes participantes, explicándoles el objetivo del estudio, y motivándoles a participar en el estudio previa firma del consentimiento informado y la remisión de este.

c) El cuestionario se realizó en Google Format, y se envió al correo electrónico de los estudiantes de Enfermería, indicándoles que luego de ser respondido remitan al correo electrónico de la investigadora.

3.9 Procesamiento y análisis de la información

Para la elaboración de los datos se utilizó el programa Microsoft Excel 2010, posteriormente los datos se exportan al paquete estadístico Statistical Package for theSocial Sciences (SPSS) Versión 25.0, luego se utilizaron técnicas de análisis descriptivo, posteriormente, se elaboraron tablas de entrada simple, tablas de contingencia. Para la correlación de variables se utilizó la estadística Tau-c de Kendall, Gamma.

3.10 Criterios éticos de la investigación

Principio de respeto a las personas: comprende el derecho a la autodeterminación y el derecho irrestricto a la información[40]. Este principio fue expresado a través del consentimiento informado de los estudiantes de Enfermería que participaron en la investigación, asegurando la confidencialidad.

Principio de beneficencia: Trata de no hacer daño y acrecentar al máximo los beneficios y disminuir los daños posibles[40]. Los participantes del estudio no fueron expuestos a situaciones que afecte a su bienestar físico, y mental de los participantes.

Principio de justicia: Comprende el derecho al trato justo y a la privacidad de los participantes del estudio[40]. Los estudiantes de Enfermería fueron tratados con amabilidad y respeto sin perjuicio, sin discriminación; además se establecieron espacios para despejar dudas.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

La mayoría de los estudiantes de Enfermería tuvieron promedio de edad de 21.8 años, sexo femenino (81,4%), estado civil soltero (94,3%), religión católica (76,4%), de ocupación estudiante (82,9) (anexo 6, tabla 5).

4.1.1 Procrastinación académica en estudiantes de enfermería

Tabla 1. Grado procrastinación académica en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021

Grado de procrastinación académica	n	%
Alto	25	17,9
Medio	108	77,1
Bajo	7	5,0
Total	140	100,0

La tabla muestra que el grado de procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén es medio (77,1%), alto (17,9) y bajo (5%).

4.1.2 Nivel de ansiedad en estudiantes de enfermería

Tabla 2. Nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021

Nivel de ansiedad	n	%
Bajo	107	76,4
Medio	33	23,6
Total	140	100,0

La tabla 2 indica que el nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería es bajo (76,4%) y medio (23,6%)

4.1.3 Procrastinación académica y nivel ansiedad

Tabla 3. Relación que existe entre procrastinación académica y nivel ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2021

Procrastinación académica	Nivel de ansiedad						
	Bajo		Medio		Total		
	n	%	n	%	N	%	
Bajo	7	5,0	-	-	7	5,0	P,452
Medio	81	57,9	27	19,3	108	77,1	
Alto	19	13,6	6	4,3	25	17,9	
Total	107	76,4	33	23,6	140	100,0	

Tau-c de Kendall, Gamma, p> 0,05

Como el valor de significancia es 0,452 > 0,05 rechazamos la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula. Es decir, el grado de procrastinación no están relacionados con el nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería.

4.2 Discusión

Al analizar la variable procrastinación académica los resultados indican que, los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén presentaron grado medio (77,1%). Este hallazgo es similar a lo encontrado por Rodríguez[19], Aspur, Falconi[20] y Torres[21] quienes concluyeron que, los estudiantes universitarios tienen un nivel medio de procrastinación académica, es decir que hay autocontrol, organización del tiempo, estrategia de aprendizaje poco eficaces, aplazamiento de inicio, continuación o culminación de tareas académicasy presión de tiempo. Sin embargo, Copelo[41] halló un nivel bajo (48,9%) y Zuasnabar[42] encontró un nivel alto en la variable procrastinación académica.

Al respecto, los estudiantes universitarios [Enfermería] traen consigo una serie de factores estresantes como las evaluaciones escritas, tareas académicas, trabajos de investigación[43] al no estar preparados postergan las actividades académicas por considerarlas complejas por lo que optan por realizar actividades que les resulta más placenteras e irrelevantes[44,45].

Los estudiantes que postergan sus tareas académicas mostraron dificultades para lograr sus objetivos personales probablemente, porque ellos piensan realizar sus tareas, sin embargo, no encuentran el escenario idóneo para iniciar y esperan al último momento.

Cordona[44] indica que los estudiantes de Ciencias de la salud [Enfermería] son los que más postergaron las actividades académicas que los estudiantes de otras facultades, por la alta carga académica, las exigencias académicas como el combinar los estudios con las prácticas extracurriculares en hospitales implica constantes cambios del ciclo de sueño-vigilia, la exigencia de los docentes y la relación con los pacientes genera dificultades en el estudio, lo que incrementa las manifestaciones fisiológicas relacionadas con la ansiedad.

Por consiguiente, los estudiantes de Enfermería experimentaron una serie de cambios en su vida, diferentes a los que vivieron en su época escolar, el material de estudio tiene mayor complejidad académica, es más analítico, más extenso, también los

horarios de las clases varían drásticamente. La vida universitaria supone exigencias que necesitan ser afrontadas para poder lograr los objetivos planteados, implica la planeación y cumplimiento de actividades evaluativas como exámenes, lectura y análisis de textos, exposiciones, participación en clases, entre otros.

Además, están expuestos a presentar las alteraciones del ritmo circadiano sueño-vigilia, insuficiencia del sueño y somnolencia durante el día[45]. Estos desórdenes del sueño pueden ser manifestaciones que en el futuro padezca los estudiantes de Enfermería.

Por ello, es necesario que los profesionales de Enfermería intervengan en el cuidado de la salud del estudiante mediante actividades de promoción de la salud para evitar la procrastinación y disminuir la ansiedad.

Respecto a la ansiedad, se halló que más de las tres cuartas partes de los estudiantes de Enfermería presentaron nivel bajo. Este resultado no coincide con Gil, Botello[17] y Torres[21], quienes encontraron que los estudiantes universitarios muestran ansiedad en nivel mínimo a moderado. Y Copelo[41] halló un nivel alto de ansiedad (60,9 %).

Al respecto Bojórquez[48] señala que, los problemas más frecuentes de la salud mental son los trastornos de ansiedad, es un problema aún mayor en los estudiantes universitarios [Enfermería], porque se enfrentan a las exigencias sociales, académicas y psicológicas propias de esta etapa. Este problema afecta la salud mental y social; compromete la atención, la capacidad de concentración y la destreza para la toma de decisiones; genera rendimiento académico insatisfactorio y deserción escolar.

Como se ha señalado la ansiedad que afrontan los estudiantes de Enfermería durante su formación académica puede constituir un grave problema de salud mental (temor, preocupación o pánico), problema social (dificultad para relacionarse). Estos sentimientos pueden interferir con las actividades diarias y pueden durar por bastante tiempo, a esto se suma la dificultad para obtener un buen rendimiento académico.

Otros autores al igual que Germán[49] indica que los estudiantes que tienen altos niveles de ansiedad ante los exámenes están más propensos a desarrollar una conducta de

procrastinación académica. A estos hallazgos la investigadora recomienda implementar programas de intervención para la ansiedad ante los exámenes en la población universitaria, así como promover sesiones informativas para prevenir acciones que lleven a la procrastinación.

Al relacionar las variables del estudio procrastinación académica y ansiedad, se determinó que no existe correlación. Resultados similares encontró Beruschka y Gil[50] quienes concluyeron que no existía una relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad porque los niveles de autorregulación académica en el estudio son altos (anexo 6, tabla 5).

La autorregulación es un proceso activo y constructivo, orientada a lograr los objetivos académicos, mediante el cual los estudiantes fijan metas, regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y acciones, respondiendo a las exigencias y características de su entorno educativo de forma adecuada[5]; mientras que, la ansiedad es una respuesta clásica condicionada y como impulso, motiva al sujeto a realizar una conducta en defensa[51], se explicar que los estudiantes que logran autorregularse, culminar sus tareas académicas, a pesar de estar experimentando altos niveles de ansiedad.

Diferentes resultados nos presentan Escobar y González[14], Altamirano[15], Ramos y Pedraza[16] quienes concluyeron que existe correlación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y ansiedad. A estos hallazgos se une, Estrada y Mamani[52], Torres[16] quienes señalan que, a mayores niveles de procrastinación mayores niveles de ansiedad; y mientras menor son los niveles de procrastinación, los niveles de ansiedad serán menores en los educandos universitarios. Asimismo, Castro, Rodríguez[22] hallaron que existe diferencia significativa entre la procrastinación académica y nivel de ansiedad, concluyeron, que los estudiantes que procrastinan no presentan ansiedad, señalan que la actitud de procrastinar no afecta su desempeño y no es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad. Este resultado no se relaciona con los hallazgos del estudio, puesto que se encontró ‘que no existe relación entre ambas variables, porque el grado de procrastinación fue medio y el nivel de ansiedad fue bajo. La investigadora considera que es necesario estudiar la procrastinación académica y autorregulación del aprendizaje para determinar si influye o no en rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería.

La investigación se basa en un Modelo cognitivo-conductual de la procrastinación. Los procrastinadores tienen creencias o pensamientos irracionales lo que les genera ansiedad. Estas creencias se manifiestan en tres factores: *autolimitación,* los estudiantes que procrastinan, se sienten inferiores ante el recuerdo de sus postergaciones o ante las postergaciones presentes, lo que los lleva a pensar que no tiene capacidad para solucionarlo. *Frustración,* se manifiesta cuando el estudiante no tiene éxito en las tareas, hace que llegue a presentar frustración, pero sus respuestas emocionales no dan a entender que el estudio es desagradable. *Hostilidad,* los estudiantes postergar la realización de las tareas como una expresión indirecta de ira y hostilidad hacia los compañeros asociadas a dichas tareas[24].

Esta teoría se basa en las creencias irracionales manifestadas en factores como: autolimitación, frustración y hostilidad que a menudo se superponen, lo que implica una visión distorsionada acerca de uno mismo, y de los otros. Es decir, esta teoría se centra en como la conducta humana es aprendida o adquirida, y el medio ambiente que es el lugar donde se desenvuelve la persona, lo que influyen en la procrastinación. Esta conducta disfuncional, pensamientos negativos, deben modificarse y ser tratadas a través de terapias cognitivas, conductuales que permita mejorar la ansiedad, depresión, estrés. Esta terapia, se constituye en una herramienta eficaz, que ayuda a la persona a aprender cómo manejar mejor las situaciones emocionales de la vida.

Respecto a la ansiedad desde un *Enfoque–cognitivo o subjetivo,* los estudiantes universitarios que presentan distorsiones cognitivas, los signos y síntomas corporales son percibidos como más peligrosos de lo que son en realidad. Es probable que el estudiante que procrastina se perciba a sí mismo como incapaz de realizar una actividad; es decir, considerarse totalmente escaso de medios eficaces para afrontar las amenazas que percibe[25,26].

Los estudiantes que posponen las tareas, incrementan la posibilidad de manifestación de reacciones fisiológicas relacionadas a la ansiedad, al estar expuestos a las exigencias académicas propias de estas áreas de formación como: falta carga académica, el desafío de combinar los estudios con prácticas en hospitales, que

implican constantes cambios del ciclo de sueño- vigilia, de los estudiantes.

Desde un enfoque motor o conductual, los estudiantes procrastinan porque sus comportamientos han sido reforzados por factores ambientales. La conducta de postergar se mantiene porque el estudiante recibió un reforzador positivo, como obtener notas aprobatorias, cambiar la fecha de presentar trabajos o exámenes, o sustituir actividades que no le producen placer por otras como, ver películas, revisar las redes sociales, salir con amigos, entre otros[25,26].

Se puede decir, que el estudiante que, establece metas demasiado altas, como obtener excelentes calificaciones en corto tiempo, acumulan postergaciones pasadas y presentes, promueve aún más los aplazamientos y el incremento de los niveles de ansiedad.

Según la teoría de Freud[33] la ansiedad es parte importante de la personalidad. Los estudiantes de Enfermería frecuentemente se encuentran expuestos a tener miedo a objetos tangibles. La ansiedad guía la conducta de modo que las personas abandonan o se protegen de los peligros reales. El miedo disminuye cuando desaparece la amenaza.

Ansiedad neurótica, se origina desde niños hace referencia al Ello y a los impulsos que surgen por instinto. Cuando desde niños son castigados, muestran impulsos agresivos o cuando expresan algún impulso sexual y los padres o cuidadores los castigan indicando que aquello que están expresando es inadecuado. De ahí comienzan a surgir sus temores en los estudiantes, sobre todo las consecuencias que nuestras estas acciones si las llevan a cabo, generando este tipo de ansiedad.

Ansiedad moral, se origina a partir de lo que dicta la sociedad en cuanto a lo que “deben” y “no deben” hacer. En caso de que los estudiantes no cumplan con aquellos mandados dictados por el Superego, se van a sentir rechazados e incluso pueden autocastigarse por no actuar como se supone que deberían de hacerlo.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, presentan un grado medio de procrastinación académica.

La mayoría de la población universitaria evaluada, presenta un nivel bajo de ansiedad.

Finalmente, los resultados demuestran que no existe relación significativa entre la variable procrastinación académica y nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén.

Recomendaciones

Al Director de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, debe gestionar la creación del área de Bienestar Universitario, tutoría académica permanente y Centro de Atención Psicológica que permita identificar a los estudiantes que se encuentran con problemas emocionales e iniciar la intervención y atención oportuna a los estudiantes durante su formación académica,

A los docentes de Enfermería deben intervenir en actividades de promoción de la salud a través de metodologías participativas, juegos, discusiones, compartiendo experiencias, para un intercambio de conocimiento y retroalimentación en conductas saludables, que permita corregir el problema de procrastinación académica y disminuir la ansiedad en los estudiantes de Enfermería.

A los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, deben realizar estudios en muestras más amplias, tomando en cuenta todas las Escuelas de la Filial Jaén.

A los estudiantes universitarios de Enfermería deben realizar investigaciones de alcance explicativo que permitan analizar la causalidad de las variables objeto de estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Agudelo, D., Casadiegos, C., y Sánchez, D. Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. International Journal of Psychological Research. 2008. 1(1), 34-39.
2. Pérez C, Maldonado P**,** Aguilar C. Clima educativo y su relación con la salud mental de alumnos universitarios chilenos. Revista Argentina de Clínica Psicológica,2013. 22 (3), 257-268
3. Injuve. Informe Juventud en España Madrid; 2012. .[Consultado 6 setiembre de 2021]. Disponible en: http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/26/publicaciones/ IJE2012_0.pdf
4. Clever C**.** Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad privada del Cusco, 2018**.** .[Consultado 10 setiembre de 2021]. Disponible en: https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3853/Clever_Tesis_bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
5. Álvarez O. Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana**;** 2010. Revista persona, 13, 159-177. [Consultado 6 octubre de 2021]. Disponible en: http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf
6. Clarina M, Cladellas R, Gotzes C, Badia M y Dezcallar T. Tipología de Actividades Extraescolares Procrastinación Académica en Alumnados de Educación Primaria. Electronic Journal of Research. 2014.[Consultado 5 octubre de 2021]. Disponible en:http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/articulos/33/espannol/Art_33_913.pdf
7. Carranza R, Ramírez A. Procrastinación y Características Demográficas Asociados en Estudiantes Universitarios. 2013.[Consultado 6 noviembre de 2021] 3(2). 95-108. Disponible en: http://biblat.unam.mx/es/revista/apuntesuniversitarios/articulo/procrastinacion-y-caracteristicas-demograficas-asociados-enestudiantes-universitarios
8. Sánchez-Hernández A. Procrastinación académica: Un Problema en la Vida Universitaria. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Studiositas. 2010.[Consultado 16 octubre de 2021]5(2), 87-94. Disponibleen:

https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717321

9. Duru E, Balkis M. Procrastination, Self-esteem, Academic Performance, and Well-being: A Moderated Mediation Model. International Journal of Educational Psycholog y. Universidad de Pamukkale.2017. [Consultado 6 setiembre de 2021] 6, (2).97-119. Disponible en: http://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/ijep/article/view/2584/pdf.
10. Furlan L, Ferrero M, Gallart G. Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento. 2014. [Consultado 7 setiembre de 2021]6, (3).31-39. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333432764005
11. Pardo D, Perilla L, Salinas C. Relación entre Procrastinación académica y ansiedad-rasgoen estudiantes de psicología. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 14, 31-44. Colombia; 2014.
12. Cuzcano A. La procrastinación en el ámbito educativo. Lectura del curso Psicología Educativa. Lima: Universidad Marcelino Champagnat. Lima; 2017
13. Domínguez-Lara S, Villegas-García G y Centeno-Leyva S. Procrastinación Académica: Validación de una Escala en una Muestra de Estudiantes de una Universidad Privada. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú; 2014. [Consultado 7 octubre de 2021] 20(2) Disponible en:

    http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000200010&script=sciarttext
14. Escobar A, Corzo L. Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje Y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. [Tesis de maestría] Bogotá: Universidad Nacional Abierta y a Distancia Colombia; 2018. [Consultado 7 septiembre de 2021]. Disponible en: :https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/19280/1098662547.pdf?se que nce=1&isAllowed=y
15. Altamirano C. La procrastinación académica y su relación con los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios. [Tesis de licenciatura] Ecuador: Universidad Técnica deAmbato;2020.[Consultado el7noviembre de 2021].Disponible en: http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31553/1/altamirano%20cherrez

%20% 20cynthia%20estefania%20%28sello%29.pdf.

16. Ramos K, Pedraza Y. Procrastinación Académica y Ansiedad en estudiantes de enfermería de una Universidad Privada De Chiclayo- 2017. [Tesis de licenciatura] Chiclayo: Universidad Señorde Sipán; 2017. [consultado 8 setiembre de 2021]. Disponible en: https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4606/Ramos%20Julian%20-%20Pedraza%20Fern%c3%a1ndez.pdf?sequence=1&isAllowed=y

17. Gil L, Botello V. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. CASUS. 2018; .[Consultado 6 setiembre de 2021] 3(2):89-96. Disponible en: https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/75/74.

18. Marquina R, Horna V, Huaire E. Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. Revista Con Ciencia EPG, Universidad privada de Lima Metropolitana; 2018. [Consultado 8 de septiembre de 2021]. 3 (2), 89-97. Disponible en: http://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/67/52.

19. Rodríguez A. Procrastinación académica en internos de enfermería de La Universidad Norbert Wiener. [tesis de licenciatura] Lima: Universidad Norbert Wiener; 2019. [Consultado8desetiembre de 2021]. Disponible en: http://190.187.227.76/bitstream/handle/123456789/3227/TESIS%20Rodriguez%20Amelia.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

20. Aspur J, Falconi S. Procrastinación académica en estudiantes universitarios [tesis de licenciatura] Ica: Universidad de Ica; 2020. [Consultado 14 de setiembre de 2021].Disponibleen:http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/803/1/Sol%20Mar%c3 %ada%20Roxana%20Falcon%c3%ad%20Verona.pdf.

21. Torres E. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes. [Tesis de licenciatura]Lima: Universidad autónoma del Perú; 2021. [Consultado 14 de setiembre del 2021]. Disponible en: http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AutonomA/1315/1/Torres%20Rojas%2c% 20Evelyn%20Milagros.pdf.

:

22. Castro DL, Rodríguez RP. Procrastinación académica y ansiedad ante

exámenes en estudiantes de psicología de una universidad de Cajamarca Universidad privada AntonioGuillermo Urrelo;2018[Consultado 14 de setiembre del2021].Disponible en:http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/733/INFORME%20DE%20TESIS-%20Procrastinaci%C3%B3n%20acad%C3%A9mica%20y%20ansiedad%20ante%20ex%C3%A1menes%20enn%20estudiantes%20de%20psicologi.pdf?sequence=1&isAllowe d=y

23. Natividad L. Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios (Tesis doctoral).Universidad de Valencia, España; 2014.
24. Ellis A, Knaus W. Overcoming procrastination. New York; 1977
25. Lang PJ. Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. En J. U. H. Shilen (Ed.), Research in psychotherapy, Washington: American Psychological Association. Vol. 3, 1968: 90- 102.
26. Steel, Procrastinación: por qué dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy. España;2011.
27. Zavala B. Procrastinación académica y el proyecto de vida en estudiante secundaria de una institución educativa de Lima. [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional FedericoVillareal; 2020.
28. Contreras Y. Propiedades psicosomáticas de la escala de procrastinación académica EPAen universitarios y preuniversitarios de Lima SUR. Universidad autónoma del Perú. [Tesisde licenciatura] Lima; 2019
29. Domínguez S, Campos Y. Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar.*Liberabit*,2017. .[Consultado 16 setiembre de 2021] *23*(1), 123-135.Disponible:https://www.redalyc.or/..oa?id=68651823010.
30. Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.ª ed., [versión 23.4 en línea]: [Consultado 17 de setiembre de 2021]. Disponible en. https://dle.rae.es/ansiedad
31. American Psychological Asociación: Ansiedad. [Consultado 17 de setiembre de 2021].Disponible en: https://www.apa.org/topics/anxiety.
32. Sierra J, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: Tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-estar E Subjetividade, 2013, [Consultado el 23 de

setiembre del 2021]. 3(1): 10 – 59. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf.

33. Cano-Vindel A, Miguel-Tobal JJ. Evaluación de la ansiedad desde un enfoque interactivoy multidimensional: El Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA) *Psicología Contemporánea.* 1999. *6* (1), 14-21
34. Gonzáles-Martínez T. Aproximación al concepto de ansiedad en psicología: su carácter complejo y multidemensional. Universidad de Salamanca.2009 [Consultado el 23 de setiembre de 2021].Disponible en https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/69050/Aproximacion_al_concepto_de_ansiedad_en_.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
35. Ruiz A, Lago B. Trastornos de ansiedad en la infancia y en la adolescencia. En: AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría. Exlibris Ediciones; 2005: 265-280. [Consultado 23 de Setiembre de 2021]
. Disponible en:https://www.aepap.org/sites/default/files/ansiedad_0.pdf.
36. Hernández R, Fernández C, Bautista P. Metodología de la investigación. 6ta ed. México;2014.
37. Busko, DA Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Tesis de maestría no publicada. Guelph, Ontario: Universityof Guelph; 1998.
38. Zung W. Escala de Autoevaluación de la Ansiedad. 1965
39. Astocondor L. Estudio Exploratorio sobre Ansiedad y Depresión en ungrupo de pobladores de comunidades nativas aguarunas. [Tesis de licenciatura]. Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú; 2010
40. Belmont. El Informe Belmont: Principios y guías éticos para la protección de los sujetoshumanos de investigación. Practica Científica. United States of América. 1979. [Consultado el 19 de setiembre de 2021]. Disponible en: http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf.
41. Copelo E.Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2021. [Consultado 23 de Setiembre de 2021]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11407/2/IV_FHU_501_TE_Copelo_Cristobal_2022.pdf
42. Zuasnabar B. Niveles de procrastinación en estudiantes de Medicina Veterinaria y

Zootecnia de una universidad privada de la ciudad de Huancayo - 2020. [Tesis de licenciatura]. Universidad Peruana Los Andes] [Consultado 23 de Setiembre de 2021]. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12848/2132.

43. Barreto M. Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la facultad de ciencias sociales 2015, Universidad Nacional de Tumbes. [Tesis doctoral]. Lima: Unidad de Posgrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015.
44. Cardona L. Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios. Medellín, Colombia; 2015. Disponible en: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/242/1/CardonaLeandra_relaciones procrastina cionestresacademicoestudiantesuniversitarios.pdf.
45. Vela-Bueno A., Fernández-Mendoza J, Olavarrieta-Bernardino S. Sleep Patterns in the Transition from Adolescence to Young Adulthood. Sleep Medicine Clinics; 2009. 4(1): 477-485.
46. Angarita L. Aproximación a un concepto actualizado de la Procrastinación. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología, 2012. [Consultado 23 de Setiembre de 2021]. 5 (2), 85-94. Disponible en:http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249/217
47. Kloss, J. D., Nash, C. O., Horsey, S. E., y Taylor, D. J. (2011) The delivery of behavioral sleep medicine to college students. J Adolesc Health; 48(6): 553-561
48. Bohórquez, A. (2007). Prevalencia de depresión y ansiedad según las escalas de Zung y evaluación de la asociación con el desempeño académico en los estudiantes de medicina de la Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
49. Germán I. Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios. Argentina, 2016. [Consultado 23 de diciembre de 2021]. Disponible en: https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/12346789/4078
50. Beruschka V, Gil LD. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad de Lima norte, 2017. 2018. [Consultado 23 de diciembre de 2021]. Disponible en: https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/600/Botello_Gil_te

s

51. Durand C. y Cucho N. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este; 2016 [Tesis de pregrado] Universidad Peruana Unión, Lima-Perú.

52. Estrada E, Mamani, H. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú; 2020. [Consultado 23 de Setiembre de 2021]. 10(4): 322-337.

Disponible en: https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517

ANEXO 1

ESCALA PARA MEDIR LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

Instrucciones

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, en la I parte, se presenta las características sociodemográficas, llenando los espacios en blanco y en la II parte se muestra una serie de enunciados, lea atentamente cada uno de ellos y responda con sinceridad eligiendo su respuesta (Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces, nunca).

I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

1) Edad----------
2) Sexo F ( ) M ( )
3) Año de estudios [ciclo] ……
4) Estado civil: Soltero (a) ( ) b) Casado ( ) c) Conviviente
5) Religión: católico ( ) Otra religión (especificar)…….
6) Ocupación: a) Estudia ( ) b) Estudia y trabaja ( )

II. PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

N⁰	**Indicadores**	Siempre	Casi siempre	A veces	Pocas veces	Nunca
		S	**CS**	**A**	**CN**	**N**
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente lo dejo para el último					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
4	Asisto regularmente a clases					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					

7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

ANEXO 2

ESCALA AUTOEVALUACIÓN DE ZUNG (EAA) DE AUTOVALORACIÓN DE LA ANSIEDAD

Indicaciones

Los ítems tienen dirección positiva o negativa, por ejemplo, la primera frase "Me siento abatido y melancólico" tiene un sentido positivo, mientras que la frase "Por las mañanas es cuando me siento mejor", tiene un sentido negativo, pues describe la sensación opuesta a la que tienen la mayoría de las personas ansiosas.

N	Indicadores	Nunca o Casi Nunca	A Veces	Con bastante Frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento abatido y melancólico.				
2	Por las mañanas es cuando me siento mejor.				
3	Tengo acceso de llanto o ganas de llorar.				
4	Duermo mal.				
5	Tengo tanto apetito como antes.				
6	Aún me atraen las personas de sexo opuesto				
7	Noto que estoy perdiendo peso.				
8	Tengo trastornos intestinales y estreñimiento.				
9	Me late el corazón más a prisa que de costumbre.				
10	Me canso sin motivo.				
11	Tengo la mente tan clara como antes				
12	Hago las cosas con la misma facilidad que antes				

13	Me siento nervioso(a) y no puedo estar quieto.				
14	Tengo esperanza en el futuro				
15	Estoy más irritable que antes.				
16	Me es fácil tomar decisiones				
17	Me siento útil y necesario.				
18	Me satisface mi vida actual.				
19	Creo que los demás estarían mejor si yo muriera.				
20	Disfruto de las mismas cosas que antes.				

ANEXO 3

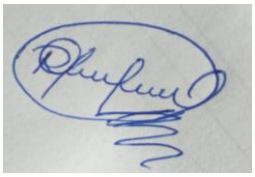
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Ana Roxani Ojeda Gonzales, estudiante egresada de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, actualmente me encuentro realizando una investigación titulada: "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL – JAÉN, 2021", esta investigación es asesorada por la Dra. Elena Vega Torres, con la finalidad de optar el Título de Licenciada en Enfermería. Por ello, solicito su participación voluntaria que será solo con fines de investigación.

Al mismo tiempo, debo indicarle que, de aceptar participar en el estudio, su colaboración será totalmente anónima, en ningún momento afectará su integridad física, ni moral.

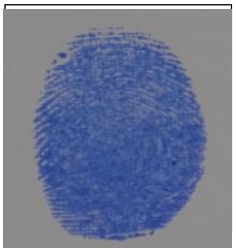
Para tal efecto responda a la siguiente pregunta: ¿Desearía usted participar en estudio? Si ( ) No ( )

De ser positiva su respuesta, le agradezco que a continuación proceda a la suscripción del documento.



FIRMA

DNI N°: 73421151



Huella digital

ANEXO 4

SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

"Año del fortalecimiento de soberanía nacional".

SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA LA APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE PROYECTO DE TESIS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA.

SEÑORA:
M.Cs. Amelia Valderrama Soriano
DOCENTE RESPONSABLE DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA UNC – FILIAL JAÉN
SD

Yo, ANA ROXANI OJEDA GONZALES, bachiller en enfermería de la ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA, FILIAL – JAÉN código 2015280066, D.N.I N° 73686971, con celular N°. 995279392, correo: aojedag15_2@unc.edu.pe, domiciliado en la calle Antenor Orrego S/N C:02. Jaén, ante usted con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente:

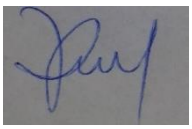
Que habiendo sido aprobado mi proyecto de tesis con la Resolución de Consejo de Facultad OF. VIRT. N° 0488-2021-SJE-UNC, Cajamarca 8 noviembre del 2021 titulado: **PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL - JAÉN**, estando en la etapa de ejecución del proyecto solicito a su despacho ordene a quien corresponda la autorización para la aplicación de los instrumentos a los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial - Jaén.

Adjunto: Boucher de pago

POR LO EXPUESTO,

Ruego a Ud. acceder a mi petición por ser de justicia.

Jaén, 31 de enero del 2022



Ana Roxani Ojeda Gonzales
DNI: 73686971

ANEXO 5

AUTORIZACIÓN PARA APLICAR EL INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
SECCION JAEN
"Norte de la Universidad Peruana
Fundada por Ley N° 1361 del 10 de Febrero de 1,962
Bolívar N° 1308 – Plaza de Armas – Telf. 431997
JAEN – PERU
"Año del Fortalecimiento y la Soberanía Nacional"

Jaén, 03 de marzo de 2022

Señorita:
ANA ROXANI OJEDA GONZALES
Bachiller en Enfermería de la EAPE – Filial Jaén – UNC.

CIUDAD

ASUNTO: AUTORIZA APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS (ENCUESTA) A ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNC FILIAL JAÉN

Es grato dirigirme a Ud., para hacerle llegar mi cordial saludo, al mismo tiempo comunicar que esta Dirección Autoriza la Aplicación de los Instrumentos para el desarrollo del Referido Proyecto de Tesis Titulado: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL JAÉN.

Es propicia la oportunidad para testimoniar las muestras de mi especial consideración y alta estima.

Atentamente,

.....
M.Cs. Mario Amelia Valderrama Soriano
Docente (E) EAPE – Filial Jaén

C.C:
-Archivo.
MAVS/ajc.

ANEXO 6

DATOS ESTADÍSTICOS COMPLEMENTARIOS

Tabla4. Características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, filial Jaén, 2021

Variables sociodemográficas	N	%
Sexo		
Femenino	114	81,4
Masculino	26	18,6
Estado civil		
Soltero (a)	132	94,3
Casado (a)	4	2,9
Conviviente	4	2,9
Religión		
Católica	107	76,4
Evangélica	13	9,3
Adventista	10	7,1
Ateo	10	7,1
Ocupación		
Estudia	116	82,9
Estudia y trabaja	24	17,1
Edad Media 21,8		
Total	140	100

Tabla 5. Dimensiones de la procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, 2021

Dimensiones	N	%
Postergación Actividades		
Bajo	99	70,7
Medio	35	25
Alto	6	4,3
Autoregulación Académica		
Bajo	3	2,1
Medio	52	37,1
Alto	85	60,7
Total	140	100,0

ANEXO 7

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
"NORTE DE LA UNIVERSIDAD PERUANA"
Av. Atahualpa N° 1050

Repositorio digital institucional

Formulario de autorización

1. Datos del autor:

Nombres y apellidos : Ana Roxani Ojeda Gonzales

DNI N° : 73686871

Correo electrónico : aojedag15_2@unc.edu.pe

Teléfono :995279392

2. Grado, título o especialidad

[ ] Bachiller [X] Título [ ] Magister

[ ] Doctor

3. Tipo de investigación

[X] Tesis [ ] Trabajo académico [ ] Trabajo de investigación

[ ] Trabajo de suficiencia profesional

Título: Procrastinación académica y nivel de ansiedad en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén-Perú, 2021

Asesora : Dra. Elena Vega Torres

DNI Nº : 27664885

Código ORCID: 0002-0561-6643

Año: 2021

Escuela Académico/ Unidad: Escuela Académico Profesional de Enfermería filial Jaén

4. Licencias

a) Licencia Estándar

---

[1]Tipos de investigación

Tesis: Para optar título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Bajo los siguientes términos autorizo el depósito de mi trabajo de investigación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Con la autorización de depósito de mi trabajo de investigación, otorgo a la Universidad

Nacional de Cajamarca una Licencia no exclusiva para reproducir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición al público mi trabajo de investigación, en forma físico o digital en cualquier medio, conocido o por conocer, a través de los diversos servicios previstos de la universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de la UNC, colección de tesis, entre otros, en el Perú y en el extranjero, por el tiempo y veces que considere necesarias, libre de remuneraciones.

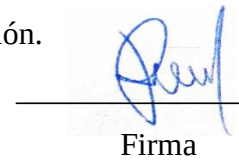
En virtud de dicha licencia, la Universidad Nacional de Cajamarca podrá reproducir mi trabajo de investigación en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.
Declaro que el trabajo de investigación es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad comparativa, y me encuentro facultando a conceder la presente licencia y, así mismo garantizo que dicho trabajo de investigación no infringe derechos de autor de terceras personas. La Universidad Nacional de Cajamarca consignará en nombre de los autores del trabajo de investigación, y no hará ninguna modificación más que la permitida en la presente licencia.

Autorizo el depósito (marque con un X)
__X_ Si, autorizo que se deposite inmediatamente.
_____ Si, autorizo que se deposite a partir de la fecha.
_____ No autorizo.
b) licencias Creative Commons[2]

_____

[2]Licencia creative commons: Las licencias creative commons sobre su trabajo de investigación, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente. Todas las licencias creative commons son de ámbito mundial. Emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales. En consecuencia, goza de una eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.

__X_ Si autorizo el uso comercial y las obras derivadas de mi trabajo de investigación.
_____ No autorizo el uso comercial y tampoco las obras derivadas de mi trabajo de investigación.



_____ 06 / 01 / 23
Firma Fecha

ANEXO 8

Anexo 2
Universidad Nacional de Cajamarca
Facultad de Ciencias de la Salud

Acta de sustentación de tesis virtual, basado en el Reglamento de sustentación de tesis virtuales Resolución 944-2020 articulo 8

Siendo las 12.10am del día 02 de enero del año 2023 se procedió a iniciar la sustentación virtual de la tesis titulada: "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA FILIAL – JAÉN 2021" presentada por el (la) Bachiller en Enfermería **OJEDA GONZALES ANA ROXANI**

El Jurado Evaluador está integrado por:

Presidente: Dra. Francisca Edita Diaz Villanueva
Secretaria: Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro
Vocal : M.Cs. Wilmer Vicente Abad

Terminado el tiempo de sustentación estipulado en el Reglamento.
La tesista ha obtenido el siguiente calificativo: letras DIECISEIS, números (16) Siendo las 1:35 pm del día 02 de enero del año 2023 se dio por concluido el proceso de Sustentación Virtual de Tesis.

.....
Presidente
Dra. Francisca Edita Diaz Villanueva

.....
Secretaria
Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro

.....
Vocal
M. Cs. Wilmer Vicente Abad

.....
Asesora
Dra. Elena Vega Torres

.....
Tesista
Ojeda Gonzales Ana Roxani