

## PROCRASTINACIÓN Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DEL COLEGIO SIMÓN BOLÍVAR DE TARAPOTO

### ACADEMIC PROCRASTINATION AND SELF-EFFICACY IN HIGH SCHOOL STUDENTS OF SIMÓN BOLÍVAR SCHOOL IN TARAPOTO

**Melisa Villegas Valera**

Universidad César Vallejo filial Tarapoto. Escuela profesional de Psicología

melisa.ushu@hotmail.com

Recibido: 23 octubre 2018 - Aceptado: 01 diciembre 2018

DOI: [dx.doi.org/10.18050/Cientifi-k.v6n2a2.2018](https://dx.doi.org/10.18050/Cientifi-k.v6n2a2.2018)

#### RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación que existe entre procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto. La muestra la conformaron 117 estudiantes que pertenecen al 4° y 5° de secundaria del colegio en mención. El diseño de investigación fue no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron: la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Autoeficacia, basada en la teoría de Bandura. Los resultados mostraron que la dimensión de procrastinación que predomina es la cognitiva con 44.4%. El nivel de autoeficacia que prevalece para la mayoría de estudiantes (38.5%) es "Alto". Finalmente, el coeficiente de correlación de Rho de Spearman demuestra que existe una correlación inversa significativa entre procrastinación académica y autoeficacia ( $r = -.350^{**}$ ,  $p = 0.00$ ), lo que da como resultado que, a mayor procrastinación académica será menor la autoeficacia en los estudiantes de 4° y 5° de secundaria del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto.

**Palabras clave:** Procrastinación, autoeficacia, procrastinación académica, autoeficacia académica.

#### ABSTRACT

The goal of this research was to determine the relationship between procrastination and academic self-efficacy in high school students of Simón Bolívar School in Tarapoto. The sample was made up of 117 students from the 4th and 5th grades of the above-mentioned school. The research design was non-experimental of correlational descriptive type. The instruments used were the Academic Procrastination Scale (APS) and the Self-Efficacy Rating Scale, based on Bandura's theory. The results showed that the predominant procrastination dimension is the cognitive dimension with 44.4%. The level of self-efficacy that prevailed for the majority of students (38.5%) was "High". Finally, the Spearman correlation coefficient showed that there is a significant inverse correlation between academic procrastination and self-efficacy ( $r = -.350^{**}$ ,  $p = 0.00$ ), which gave as a result that the higher the academic procrastination, the lower the self-efficacy in the 4th and 5th year students of Simón Bolívar High School in Tarapoto.

**Keywords:** Procrastination, self-efficacy, academic procrastination, academic self-efficacy.

## I. INTRODUCCIÓN

Priorizar entre responsabilidad y entretenimiento es un conflicto personal y diario para la gran mayoría de personas, y es que resulta más fácil entretenerse que ser responsable. Sin embargo, retrasar el cumplimiento de los deberes significa asumir consecuencias que se pudieron evitar en su momento.

Frases como: “Mañana lo hago”, “Esto me aburre, mejor hago otra cosa”, “Me siento abrumado con todo lo que tengo que hacer así que primero voy a despejar mi mente”, “trabajo mejor bajo presión”, “antes de hacer mi tarea, voy a ver un ratito televisión, voy a escuchar música, salir con mis amigos, revisar mis redes sociales...” Entre otros pretextos, ponen en evidencia uno de los problemas más graves de la actualidad en la educación (Pychyl, 2017). Cada vez más conocida, la procrastinación, no solo afecta las notas en las libretas cada fin de bimestre, también daña la salud mental y física, aumentando el abandono escolar.

Centrándonos en un escenario académico, Ferrari (1991) fundamenta que: la procrastinación es cuando un estudiante se demora voluntariamente cuando debe de llevar a cabo sus actividades escolares; esto se da porque probablemente, tiene la intención de hacerlo, cumpliendo el plazo de tiempo que acordaron con el profesor, pero no está motivado o siente aversión por la tarea (Rothblum, 1990). De manera similar, Wolters (2003), fundamenta que: la procrastinación académica (PA) es distinguida por posponer hasta el último segundo el cumplimiento de las actividades escolares, lo que desencadena en un defectuoso desempeño académico.

Es importante mencionar que los estudiantes que cursan los últimos grados de educación básica, son adolescentes, que al propósito es la etapa más vulnerable a la procrastinación (Sirois, 2007), al respecto Sirois (2017), citado por Carranza y Ramírez (2013, p. 99) apreció que:

Los adolescentes recurren habitualmente, entre el 80 – 95%, a conductas procrastinantes; mostrando que los escolares se autodefinen como procrastinadores (aproximadamente un 75%). Otra parte (50%) presenta rasgos

permanentes de procrastinación que los conlleva a situaciones problemáticas. Paralelamente, más del 95% de procrastinadores en la adolescencia tienen un deseo de disminuirla y al no conseguirlo, desarrollan un estado de angustia y/o culpabilidad hacia ellos mismos; que, consecuentemente se convierte en malos indicadores de salud mental y del mismo modo en un bajo rendimiento académico.

Por otro lado, existe una capacidad en el ser humano que puede lograr todo lo contrario a la procrastinación, incluso puede hacer que un estudiante, candidato a ser procrastinante, encuentre el equilibrio en su desempeño académico; esa capacidad es la autoeficacia, y a través de ella la persona organiza sus habilidades de afrontamiento hacia las exigencias, dificultades y circunstancias de un trabajo académico (Reeve, 2003). Para Tuckman y Monetti (2011): la autoeficacia es una creencia personal en relación a los triunfos que se puede obtener en circunstancias complejas. Son los juicios que se hace un sujeto acerca de lo que tal vez pueda lograr gracias a sus destrezas. Igualmente, Schunk (2012) define que: la autoeficacia es creer en la capacidad de lo que uno puede hacer, reconociendo que eso es distinto a creer estar haciendo lo que se debe. Entonces se entiende que, si están altas las expectativas de autoeficacia y de resultado, la persona estará contenta y motivada; de lo contrario, estará apática y desmotivada, haciendo más probable que recurra a la procrastinación.

Sin ir muy lejos, en el Colegio Simón Bolívar (CSB) de Tarapoto se identificó la alta probabilidad de estudiantes procrastinadores, ya que, la población muestral fueron los estudiantes de 4° y 5° de secundaria; quienes en su mayoría, han sido derivados al departamento psicológico por “desmotivación académica”, según lo que manifiestan los profesores y padres de familia, especificando que esa conducta se evidencia en las bajas calificaciones y la despreocupación por ese resultado, además de la ansiedad y tensión por dejar todo a última hora. Considerando el lema “Formación para el éxito”

que distingue al Colegio Simón Bolívar y la procrastinación que aparentemente es un problema en sus estudiantes, alejando a la empresa de su misión y visión como institución educativa; se plantea esta investigación, cuyo objetivo es determinar la relación que existe entre procrastinación y autoeficacia académica en los estudiantes del nivel secundario del CSB de Tarapoto.

El estudio de ambas variables es un beneficio

para la institución en mención y para futuras investigaciones, haciendo que, en un trabajo multidisciplinario, entre psicólogos, pedagogos, directivos de las escuelas, padres de familia y estudiantes se pueda elaborar y ejecutar programas de promoción, prevención y/o intervención, mejorando el panorama escolar y solucionando así un problema con base científica.

## II. MATERIAL Y MÉTODOS

El diseño de este estudio es no experimental de corte transversal; además es de tipo descriptivo correlacional ya que se analizó el grado de relación que existe entre dos variables: procrastinación y autoeficacia académica. La población estuvo conformada por estudiantes de 4° y 5° año del nivel secundario con una muestra probabilística de 117 estudiantes, cuyas edades oscilaron entre 14 y 16 años. Los instrumentos utilizados para recolectar los datos se basaron en escalas estandarizadas que se validaron mediante el juicio de expertos.

Para medir la PA se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA); tiene dieciséis ítems con respuestas cerradas y puntuación Likert: 1. Siempre (Me ocurre siempre) 2. Casi siempre (Me ocurre mucho) 3. A veces (Me ocurre alguna vez) 4. Pocas veces

(Me ocurre pocas veces o casi nunca) 5. Nunca (No me ocurre nunca). El coeficiente alfa de Crombach indica que es confiable porque supera el umbral de 0.70.

En cuanto a la autoeficacia, se utilizó la Escala de Autoeficacia, basada en la teoría de Bandura, adaptada por Alegre (2013). Está configurado por 20 ítems también con puntuación Likert de cinco puntos (1. Totalmente de acuerdo, 2. De acuerdo, 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4. En desacuerdo, 5. Totalmente en desacuerdo). El coeficiente alfa de Crombach muestra que el instrumento es confiable (0.822)

Para el análisis de normalidad se utilizó la Prueba de Kolmogorov-Smirnov, se realizaron análisis descriptivos de las variables planteadas. Para demostrar la relación entre las variables se utilizó la correlación de Rho de Spearman.

## III. RESULTADOS

Tabla 1.

*Nivel de Procrastinación académica y sus dimensiones en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto.*

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Procrastinación académica	Bajo	30	25.6%
	Medio	42	35.9%
	Alto	45	38.5%
Conductual	Bajo	37	31.6%
	Medio	33	28.2%
	Alto	47	40.2%
Cognitiva	Bajo	18	15.4%
	Medio	52	44.4%
	Alto	47	40.2%
Afectiva	Bajo	35	29.9%
	Medio	38	32.5%
	Alto	44	37.6%
Total		117	100.0%

La tabla 1 muestra que los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, presentan un nivel alto, seguidamente de un nivel medio y bajo (38.5%, 35.9% y 25.6% respectivamente). Asimismo, se aprecia que los estudiantes lograron alcanzar un nivel alto de procrastinación conductual y afectiva (40.2% y 37.6% respectivamente); sin embargo, en la dimensión cognitiva el nivel predominante es medio (44.4%).

Tabla 2.

*Niveles de Autoeficacia en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto.*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	36	30.8%
Autoeficacia Medio	36	30.8%
Alto	45	38.5%
Total	117	100.0%

La tabla 2 indica que el 38.5% de los estudiantes del Colegio Simón Bolívar se ubican en un nivel alto de autoeficacia, y un 61.6% se ubican en un nivel medio y bajo.

Tabla 3.

*Análisis de la Correlación entre Procrastinación, según sus dimensiones, y autoeficacia académica en estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto.*

Dimensiones de la Procrastinación	Autoeficacia	
	r	p
Conductual	-,197*	,033
Cognitiva	-,285**	,002
Afectiva	-,387**	,000
Procrastinación académica	-,350**	,000

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

\* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la Tabla 3 se percibe que existe una correlación inversa significativa entre procrastinación académica y autoeficacia ( $r = -.350^{**}$ ,  $p = .000$ ), lo que indica que a mayor procrastinación académica menor será la autoeficacia en los estudiantes de 4° y 5° de secundaria del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto. Asimismo, se observa que entre la dimensión conductual y la autoeficacia existe una correlación inversa significativa ( $r = -.197^{*}$ ,  $p = .033$ ), por tanto, a mayor autoeficacia menor será la sensación de los estudiantes de querer dejar las tareas para último momento. Entre la dimensión cognitiva y la autoeficacia existe una

correlación inversa significativa ( $r = -.285^{**}$ ,  $p = .002$ ), lo que indica que a menor autoeficacia mayor será la aversión que causan de manera intrínseca los problemas que tienen los estudiantes para entender algo o programar los trabajos asignados, fracasando en el momento de realizarlas. Y entre la dimensión afectiva y la autoeficacia también existe una correlación inversa significativa ( $r = -.387^{**}$ ,  $p = .000$ ), indicando que a menor autoeficacia mayores serán los sentimientos de culpa en los estudiantes por no cumplir y postergar tareas pendientes.

#### IV. DISCUSIÓN

El objetivo del estudio fue establecer la relación que existe entre procrastinación y autoeficacia académica en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, donde se encontró que existe una correlación inversa significativa entre las variables de estudio ( $r = -0.350^{**}$ ,  $p = 0.00$ ), es decir que en la medida que los estudiantes

presenten más indicadores cognitivos, conductuales y afectivos de procrastinación, menos será su autoeficacia. Estos resultados coinciden con lo reportado por Chigne (2017) quien encontró una correlación negativa baja y significativa ( $r = -0.321$ ,  $p = 0.000$ ) entre ambas variables en estudiantes de la escuela de radio imagen de una universidad nacional de Lima

Metropolitana. Así mismo, Alegre (2010), encontró que existe una relación inversa y significativa entre la autoeficacia y la procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana.

En cuanto a la dimensión de procrastinación la dimensión que predomina, es la cognitiva. Este resultado se asemeja al estudio de Natividad (2014), quien señaló que aplazar tareas, tener que repasar para los exámenes y la dificultad al hacer trabajos; son los motivos más frecuentes de la procrastinación y todas estas actividades son el resultado de no confrontar la tarea en cuestión, la aversión que causan de manera intrínseca, el temor al fracaso mientras intentan llevarlas a cabo, el recelo de dar frente a las propias limitaciones por lo que los estudiantes buscan ayuda y al no entender las consignas y agotar todos sus mecanismos de defensa, somatizan ansiedad y miedo (Moreno y Harlow, 2003).

Respecto a la autoeficacia, se encontró que el nivel alto es el que prevalece en la muestra estudiada. Bandura explica que el núcleo teórico de la autoeficacia se resume en que las expectativas de eficacia personal de los estudiantes que se gradúan con determinación para esforzarse en ejecutar una labor específica y persistir para confrontarse a escenarios complejos. Así mismo, la autopercepción que se tienen, determina de alguna manera sus esquemas cognitivos, todo lo que hacen y sus reacciones emocionales (Bandura, 1999).

En cuanto a la relación de cada una de las dimensiones de procrastinación y autoeficacia, los resultados demuestran que las dimensiones

conductual, cognitiva y afectiva se asemejan teóricamente a los tipos de procrastinación que propone Ferrari (citado por Guzmán, 2013), el tipo arousal, el tipo evitativo, y el tipo decisional, respectivamente.

Los datos obtenidos, en cuanto a la dimensión conductual y autoeficacia, demuestran que existe una correlación inversa significativa ( $r = -.197^*$ ,  $p = .033$ ), por tanto, a mayor autoeficacia menores serán las conductas del procrastinador tipo arousal, quienes se estimulan con la sensación de desafío al salir con éxito en una situación que fue de alto riesgo de fracaso.

Asimismo, se encontró que existe una relación inversa y significativa entre procrastinación cognitiva y autoeficacia ( $r = -.285^{**}$ ,  $p = .002$ ), lo que indica que a menor autoeficacia mayores serán las manifestaciones del procrastinador tipo evitativo, quien no enfrenta la tarea en cuestión. Y si se profundiza, nos damos cuenta que este procrastinador esconde un gran temor a sus propias limitaciones del organismo, y llega a sentir ansiedad y miedo por cuestiones personales, como su historia, mecanismos de defensa, entre otros (Moreno & Harlow, 2003).

Finalmente, entre la dimensión afectiva y la autoeficacia también existe una correlación inversa significativa ( $r = -.387^{**}$ ,  $p = .000$ ), indicando que a menor autoeficacia mayores serán los sentimientos del procrastinador tipo decisional, que se distingue porque posterga la toma de una decisión y consecuentemente no afronta responsabilidades, causando en ellos mismos sentimientos de culpa, ansiedad y angustia (Le Gale, 1985).

## V. CONCLUSIONES

1. Respecto al objetivo general se encontró que existe una relación inversa baja y significativa entre procrastinación y autoeficacia académica ( $r = -.350^{**}$ ,  $p = 0.00$ ), lo que indica que a mayor procrastinación académica menor será la autoeficacia en los estudiantes de 4° y 5° de secundaria del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018.
2. La dimensión de procrastinación que predomina en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018, es la cognitiva, así lo indican 52 estudiantes que representan el 44.4% de la muestra poblacional del 4° y 5° de secundaria del CSB Tarapoto, también lo señalan 47 estudiantes (40.2%) con nivel "Alto" de procrastinación cognitiva.
3. El nivel predominante de autoeficacia es el "Alto", así lo indican 45 estudiantes que representan el 38.5% de la muestra poblacional de 4° y 5° de secundaria del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018.
4. Existe una relación inversa muy baja y significativa ( $-0.197^*$ ,  $p = .002$ ) entre la

dimensión conductual de procrastinación y la autoeficacia, por tanto, a mayor autoeficacia menor será la sensación de los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018, de querer dejar las actividades académicas (tareas, por ejemplo) para último momento.

5. Existe una relación inversa baja y significativa ( $r = -.285^{**}$ ,  $p = .002$ ) entre la dimensión cognitiva de la procrastinación y la autoeficacia, es decir que a menor autoeficacia mayor será la aversión, que causan de manera intrínseca, a las dificultades

que tienen los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018, para entender algo o programar los trabajos asignados, fracasando en el momento de realizarlas.

6. Existe una relación inversa baja y significativa ( $-0.387^{**}$ ,  $p = .000$ ) entre la dimensión afectiva de la procrastinación y la autoeficacia, esto significa que a menor autoeficacia mayores serán los sentimientos de culpa en los estudiantes por no cumplir y postergar las tareas pendientes.

## VI. RECOMENDACIONES

A la directora del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto continuar implementando estrategias que coadyuven a minimizar la relación entre la procrastinación académica con la autoeficacia, para tener estudiantes más capaces de auto realizarse en el campo educativo.

A la directora y padres de familia generar estrategias que permitan desarrollar al estudiante actividades planificadas para mejorar el desempeño de sus responsabilidades académicas.

A los docentes, un trabajo multidisciplinario con el consultorio psicológico para insertar estrategias metodológicas innovadoras que permitan generar autoeficacia en el estudiante, mediante la ejecución de programas, talleres y charlas respecto a lo que significa autoeficacia,

sus beneficios y trascendencia en la vida personal, familiar y laboral.

A los padres, apoyar a sus menores hijos en planificar sus actividades académicas para realizar las tareas a tiempo y en consecuencia mejorar el desempeño en el colegio.

A los docentes, padres de familia y estudiantes, imponer y mejorar los hábitos de estudio, programando horarios en las aras de encontrar un equilibrio entre las actividades del hogar, de entretenimiento y las escolares.

A la comunidad educativa, desarrollar más actividades educativas que permitan armonizar las diversas responsabilidades de un estudiante que está próxima a otra etapa en su vida, la universidad.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29>

Bandura, A. (1999). *Autoeficacia: Cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual*. España: Desclée Brouwer

Blunt, A. & Pychyl, T. A. (2000). Task aversiveness and procrastination: A multidimensional approach to task aversiveness across stages of personal projects. *Personality and Individual Differences*, 28, 153-167. doi:[http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00091-4](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00091-4)

Carranza, R., & Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características

demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*, III (2), 95-108.

Chigne, C. (2017). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2017 (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo. Perú. Recuperado de: [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8556/Chigne\\_MCO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8556/Chigne_MCO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ferrari, J. (1991). Cogniciones perfeccionismo con no clínica y clínica de comportamiento social y de la personalidad. *Revista de la Salud*, 4(10), 143-156.

Guzmán, C. (2013). Perfeccionismo, autorregulación, autoeficacia y bienestar psicológico en la procrastinación. *Revista*

- de la Educación*, 2 (6), 43-49.
- Le Gale, W. (1985). Relajación en estados de ansiedad y procrastinación. *Revista de Psicología y Educación*, 2 (3), 27-41.
- Moreno, C y Harlow, M. (2003). Convivencia y Disciplina en la escuela. El aprendizaje de la Democracia. Madrid: Alianza. *Revista de Psicología*, II (4), 45-95.
- Natividad Sáez, L. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios (Tesis doctoral). Universidad de Valencia. España. Recuperado de : <http://mobiroderic.uv.es/handle/10550/37168>
- Pychyl, T. (2017). Una crítica de la validez de constructo de la procrastinación activa. *Personalidad y diferencias individuales*, 120, 7-12.
- Reeve, J. (2003). *Motivación y emoción (3a Ed.)*. México: McGraw-Hill.
- Rothblum, E. (1990). *El miedo al fracaso. La psicodinámica, necesidad logro, miedo al éxito, y la dilación models. Handbook de la ansiedad social y la evaluación*. Nueva York: PlenumPress
- Schunk, D. (2012). *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa (6ª Ed.)*. México: Pearson.
- Sirois, F. (2007). Yo voy a cuidar de mi salud, más tarde": Una reproducción y extensión del modelo de la dilación de salud de la comunidad de adultos. *Personalidad y Diferencias Individuales*, 4(3), 15-26.
- Tuckman, B., & Monetti, D. (2011). *Psicología educativa*. México D.F.: Cengage Learning.
- Wolters, C. (2003). Entendimiento de la Procrastinación del Self –regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*, 95(1), 179-187.