

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN
JUAN BOSCO, PUNO, 2022.**

PRESENTADA POR:

JUAN DAVID AMESQUITA PAURO

PARA OTRA EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

PUNO – PERÚ

2023



Repositorio Institucional ALCIRA by [Universidad Privada San Carlos](#) is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional License](#)

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**TESIS**

**NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN
JUAN BOSCO, PUNO, 2022.**

PRESENTADA POR:**JUAN DAVID AMESQUITA PAURO**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN ENFERMERIA**

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:



PRESIDENTE

:

Mtra. MARITZA KARINA HERRERA PEREIRA.

PRIMER MIEMBRO

:



M.Sc. GIOVANA FLORES ORTEGA.

SEGUNDO MIEMBRO

:



M.S.c. IBETH MAGALI CHURATA QUISPE.

ASESOR DE TESIS

:



Dra. NOEMI ELIDA MIRANDA TAPIA.

Área: Ciencias Médicas y de salud.

Disciplina: Salud Pública.

Especialidad: Promoción y educación en salud.

Puno, 09 de Enero de 2023.

DEDICATORIA

Con mucho cariño y amor, dedico a mi querida familia y esposa, leydi mamani vilca, a mis padres y a mi querido hijo, Josué Amesquita Mamani por ser el motivo y la razón de mi vida para seguir adelante con mis metas.

A la universidad por ser mi primera casa de estudio.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Privada San Carlos, por ser parte de mi formación profesional.

Primeramente, agradezco a Dios por iluminar mi vida a diario, porque sin él no podría hacerlo, por la oportunidad de poder superarme y el aprendizaje del día a día.

Agradezco infinitamente a mi familia e hijo, por la enseñanza de no rendirme ante cualquier obstáculo ni adversidad que se presenta en la vida, siempre con la esperanza y fé en la superación personal a diario, así mismo a mi querida esposa con el apoyo incondicional que me brindó.

Como también a todos mis docentes de dicha universidad por haberme brindado, conocimientos, enseñanzas, experiencias para ser un buen profesional en enfermería.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	1
AGRADECIMIENTOS	2
ÍNDICE GENERAL	3
ÍNDICE DE TABLAS	6
ÍNDICE DE FIGURAS	7
ÍNDICE DE ANEXOS	8
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
INTRODUCCIÓN	11

CAPÍTULO I

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES, OBJETIVOS DE
INVESTIGACIÓN .**

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
1.1.1. Problema general	15
1.1.2. Problemas específicos	15
1.2. ANTECEDENTES	15
1.2.1. A nivel internacional:	15
1.2.2. A nivel nacional:	16
1.2.3. A nivel local:	18
1.3. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	19
1.3.1. Objetivo general:	19
1.3.2. Objetivos específicos	20
	3

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO	21
2.1.1 La Nomofobia	21
2.1.2 Procrastinación académica	24
2.2 MARCO CONCEPTUAL	26
2.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	27
2.3.1 Hipótesis general:ó	27
2.3.2 Hipótesis específica:	27

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 ZONA DE ESTUDIO	28
3.2 TAMAÑO DE MUESTRA	28
3.3 MÉTODOS Y TÉCNICAS	30
3.4 IDENTIFICACIÓN DE LA VARIABLE	32
3.4.1 Variables	32
3.4.2. Operacionalización de variables.	33
3.5. MÉTODO Y DISEÑO ESTADÍSTICO	36

CAPITULO IV

EXPOSICIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1: EXPOSICIÓN DE RESULTADOS	38
CONCLUSIONES	46
RECOMENDACIONES	47

BIBLIOGRÁFICAS	48
ANEXOS	53

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 01:	Nivel de medición de las variables con la correlación de Pearson.	37
Tabla N° 02:	Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.	38
Tabla N° 03	Prueba de hipótesis	41
Tabla N° 04	Nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.	42
Tabla N° 05	Nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.	44

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 01:	Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022	39
Figura N° 02:	Nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.	42
Figura N° 03:	Nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.	44

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO N° 01: Matriz de Consistencia.	53
ANEXO N° 02: Declaración del consentimiento informado.	55
ANEXO N° 03: Instrumento.	56
ANEXO N° 04: Evidencias Fotográficas.	66
ANEXO N° 05: Matriz de Datos.	70

RESUMEN

Esta investigación tiene como título: Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. El objetivo fue determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. El tipo de investigación es descriptivo de corte transversal, el diseño que se trabajó es no experimental correlacional; la población estuvo conformada por 230 estudiantes y la muestra por 144; el tipo de muestreo fue el no probabilístico según los criterios de inclusión y exclusión. El instrumento utilizado para las dos variables fue el cuestionario. Para el procesamiento de datos se utilizó la estadística descriptiva y la estadística inferencial de Pearson, mediante el paquete estadístico de IBM - SPSS versión 25. En los resultados se demuestra, que los estudiantes presentan nomofobia de nivel regular en un 56.3% y procrastinación académica de nivel moderada en un 65.3%. Se concluye que existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022, ya que la significancia es 0,000 y es menor a 0,05 ($p = 0,000 < 0,05$) entonces rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna. Es decir, cuando la nomofobia sea más severa, la procrastinación académica será alta.

Palabras clave: autorregulación, conexión, nomofobia, postergación, procrastinación.

ABSTRACT

This research is entitled: Nomophobia and academic procrastination in students of the Gran Unidad Escolar San Juan Bosco Secondary School, Puno, 2022. The objective was to determine the relationship between nomophobia and academic procrastination in students of the Gran Unidad Escolar San Juan Bosco Secondary Educational Institution, Puno, 2022. The type of research is descriptive and cross-sectional, the design used was non-experimental correlational; the population consisted of 230 students and the sample consisted of 144; the type of sampling was non-probabilistic according to the inclusion and exclusion criteria. The instrument used for the two variables was the questionnaire. For data processing, descriptive statistics and Pearson's inferential statistics were used, using the IBM - SPSS version 25 statistical package. The results show that 56.3% of the students present regular level nomophobia and 65.3% moderate level academic procrastination. It is concluded that there is a significant relationship between nomophobia and academic procrastination in students of the Gran Unidad Escolar San Juan Bosco Secondary School, Puno, 2022, since the significance is 0.000 and is less than 0.05 ($p = 0.000 < 0.05$), then we reject the null hypothesis and accept the alternative hypothesis. That is, when nomophobia is more severe, academic procrastination will be high.

Keywords: self-regulation, connection, nomophobia, procrastination, procrastination.

INTRODUCCIÓN

El trastorno mental conocido como nomofobia es relativamente nuevo. Se dice que es el resultado de la globalización y de los rápidos avances técnicos que se han producido en el ámbito de la comunicación desde principios del siglo XXI. Esta afección se caracteriza por la ansiedad de perder el contacto con el dispositivo móvil, como el teléfono móvil o el smartphone. También se ha demostrado que las fobias pueden conducir al desarrollo de otros trastornos mentales o de personalidad, así como a problemas de autoestima, lo que puede tener un impacto negativo considerable en la felicidad de las personas, especialmente entre la población más joven. Todo ello repercute negativamente en la salud del individuo y en otros aspectos de su vida, como la escuela y el trabajo, porque da lugar a una gran dependencia del teléfono móvil, lo que a su vez provoca distracciones continuas e incapacidad para mantener la concentración. A nivel social, se ha demostrado que afecta a las conexiones e interacciones entre las personas, provocando una sensación de separación y aislamiento del mundo material.

El acto de posponer el cumplimiento de las responsabilidades académicas es lo que se entiende por "procrastinación académica". En este fenómeno parecen estar implicados factores afectivos, cognitivos y conductuales, lo que indica que se trata de un fenómeno con múltiples facetas. No impide su capacidad para tomar decisiones o resolver conflictos cuando se enfrentan a la disyuntiva de completar las responsabilidades académicas o satisfacer las expectativas de su entorno. No porque haya pruebas de que lo sea, sino porque la condición humana está orientada a retrasar las tareas que se consideran desagradables, difíciles, estresantes o contradictorias con los objetivos personales. La procrastinación existe desde el principio de la humanidad. Debido a que el campo de investigación, que proviene principalmente de la psicología, sólo se ha investigado durante poco más de dos décadas, se podría decir que es una novedad científica como objeto de estudio en este momento. El creciente interés por esta situación humana tiene sentido y valor debido a que es contraproducente para la evolución y el cumplimiento de

metas, es progresiva, está relacionada con muchos más defectos que virtudes y constituye un fenómeno que comienza en la infancia, continúa en la adolescencia y puede permanecer hasta la edad adulta.

En el capítulo I se presenta el planteamiento de problema, en donde se da a conocer el inicio de la investigación, seguido de la justificación, también los antecedentes o trabajos previos a la investigación, luego los objetivos de investigación. En el capítulo II, se presenta el marco teórico, conceptual e hipótesis de la investigación, en este capítulo se presenta las teorías que fueron utilizadas y las hipótesis que se plantearon. En el capítulo III se presentan temas que son fundamentales en el proceso de esta investigación las cuales son: zona de estudio, tamaño de muestra, métodos y técnicas, unidad de análisis, método o diseño estadístico, operacionalización de variables. Seguidamente en el capítulo IV se presenta la exposición y análisis de resultados, cabe mencionar que este investigativo. También se presenta a las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y otras fuentes de información, y los anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES, OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el año 2022, la nomofobia tuvo un impacto en el rendimiento académico en México (1). También se descubrió que el 75.1 por ciento de las personas en Ecuador desconocen la condición conocida como nomofobia, la cual afecta al 32.4 por ciento de la población. Además, el 41,2 por ciento de las personas en Ecuador utilizan sus teléfonos inteligentes durante más de cinco horas al día, y el 59,8 por ciento de esas personas tienen problemas oculares como resultado de su uso excesivo de teléfonos inteligentes. Se descubrió que existe una falta de conocimiento sobre este problema social, y como consecuencia, existe una mayor probabilidad de que más estudiantes generen esta patología (2).

En el año 2022 en Lima los niveles de nomofobia en estudiantes de la institución educativa privada de San Martín de Porres fue de nivel alto de 59.5 por ciento (3). También en Ayacucho en el año 2021 el 46 por ciento de los alumnos presentaron alto nivel de nomofobia (4). En Huánuco en el 2021 el 7.0 por ciento de estudiantes presentaron un nivel severa de nomofobia (5). En Arequipa en 2021, se identificó un nivel

moderado de nomofobia en el 57 por ciento de la población, así como sus dimensiones: abstinencia en un nivel bajo del 48 por ciento, tolerancia en un nivel moderado del 65 por ciento, abuso y dificultad para controlar el impulso en un nivel bajo del ochenta y cinco por ciento, y problemas causados por el uso excesivo en un nivel moderado del 57 por ciento (6). En Puno en el año 2021 los estudiantes evidencian que el 72 por ciento presentan un nivel alto de nomofobia, es decir presentan un miedo intenso a estar sin el teléfono celular, lo que hace que lo usen desmesuradamente, perjudicándolos en su rendimiento académico y en sus actividades no académicas (7). También en Juliaca en el año 2018 encontraron que de los 337 estudiantes el 11.28 por ciento presentó nomofobia severa (8).

Los estudiantes frecuentemente postergan la realización de sus actividades académicas, lo cual puede ser un hábito saludable, pero sin darse cuenta, es un problema que puede convertirse en una enfermedad en el estudiante, resultando en bajas calificaciones, perder en repetir el grado, tener sueños frustrados y deserción académica. También vale la pena mencionar que los estudiantes frecuentemente procrastinan cuando realizan sus actividades extracurriculares (9).

Los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno no pueden ser ajenos a estos problemas de la nomofobia y la procrastinación académica, ya que vimos a los estudiantes como caminan por las calles viendo videos y chateando, así mismo también los docentes en las reuniones con los padres de familia advirtieron el uso exagerado que tienen, ya que por el móvil dejan de dedicarse más tiempo al estudio, es decir a causa de ello tienen problemas de aprendizaje.

1.1.1. Problema general

- ❖ ¿Cómo es la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022?

1.1.2. Problemas específicos

- ❖ ¿Cuál es el nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022?
- ❖ ¿Cuál es el nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022?

1.2. ANTECEDENTES

1.2.1. A nivel internacional:

En México en el 2022, Medina, G.; Veytia, M. este estudio tuvo como objetivo comparar el nivel de adicción al teléfono celular entre estudiantes de dos instituciones en México. En el estudio participaron un total de 1,009 estudiantes, de los cuales 785 eran mujeres y 224 hombres, con una edad promedio de 20 años. Tras un análisis factorial, se determinó publicar resultados comparativos para aquellas preguntas que medían dos dimensiones: Emociones y Físico-Social. La nomofobia afecta más a los estudiantes en la dimensión Físico-Social, según los datos más significativos. Se descubrió que a los estudiantes de la UJAT les afectaba más el malestar físico, por carecer de teléfono móvil, y el malestar mental, por aislarse de sus amigos íntimos e ignorar ciertos asuntos. En la dimensión emocional, no hubo diferencias significativas entre los dos grupos. Se determinó que los chicos presentan diversos grados de nomofobia, y que no todos creen padecer esta enfermedad, ya que son conscientes de que su uso excesivo del celular los aleja de la realidad, del contexto, y repercute negativamente en su rendimiento escolar. (1)

1.2.2. A nivel nacional:

En Lambayeque en el año 2022, Caycay, J. trabajó con el objetivo de determinar la relación entre Procrastinación y Adicción a las redes sociales de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo. Se trata de un estudio descriptivo con una metodología cuantitativa y un diseño correlacional, no experimental y descriptivo. Por otro lado, la población está conformada por todos los estudiantes de una Institución Educativa. Chiclayo de ambos géneros y la muestra se conforma por 50 estudiantes de cuarto y quinto grado de educación secundaria. Llegando a la conclusión principal que existe una correlación altamente significativa de ($p < 0.01$) de una relación directa de ($r = 0.499$) entre Procrastinación y Adicción a las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa.(10)

En Lima en el año 2021 Gomez, C. y Medina, J. presentaron su tesis con el fin de precisar la correlación entre la dependencia al teléfono móvil, procrastinación académica y autoeficacia en universitarios de Lima Metropolitana. La tesis fue de diseño no experimental con un corte transversal. Los resultados obtenidos revelan que las variables investigadas son extremadamente significativas, con una correlación de Pearson de $r = 0.45$ entre la Dependencia del Teléfono Móvil y la Procrastinación Académica, lo que indica que cuanto mayor es la Dependencia del Teléfono Móvil, menor es la Procrastinación Académica. Se ha confirmado la existencia de una asociación estadísticamente significativa entre las variables investigadas.(11)

En Lima en el año 2022, Cruz, J. investigó con el objetivo de observar el uso excesivo que tienen los estudiantes al uso de los dispositivos móviles. La muestra estuvo conformada por 210 alumnos entre 12 y 17 años IEP de San Martín de Porres. Los hallazgos indican que los niveles de nomofobia reportados en los estudiantes evaluados, con una prevalencia predominante de problemas ocasionales con el uso del celular, se encuentra en el 59.5 por ciento de los estudiantes de secundaria. Se llega a la conclusión

que los niveles de nomofobia en los estudiantes de la institución educativa privada de San Martín de Porres, encontrando que existe un alto porcentaje de 59.5 por ciento problemas ocasionales con el uso del celular, un porcentaje promedio de 36.2 por ciento sin problemas con el uso del celular, y un bajo porcentaje de 4.3 por ciento problemas frecuentes con el uso del celular, encontrando también que existe una relación entre ambos, encontrando también que existe una relación entre ambos.(3)

En la ciudad de Chimbote en el año 2022, Aliaga, K. investigó para determinar la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de La Mar, Ayacucho. Es tipo cuantitativo de, diseño no experimental de corte transversal. Los resultados obtenidos sugieren que las variables investigadas son altamente significativas, con una correlación de Pearson de $r = 0,45$ entre la Dependencia del Teléfono Móvil y la Procrastinación Académica, lo que indica que la Dependencia del Teléfono Móvil disminuye la Procrastinación Académica. Como conclusión se ha confirmado una relación estadísticamente significativa entre las variables analizadas.(12)

En la ciudad de Huancayo en el año 2020, Vera, V. investigó su tesis con el único objetivo de determinar si existe relación entre Nomofobia y Autoconcepto en estudiantes de Ingeniería de una Universidad privada de la ciudad de Huancayo, en el año 2020. Fue de tipo no experimental. La muestra estuvo conformada por 113 estudiantes. Según los resultados, el 77,7 por ciento de los alumnos presenta un caso moderado de nomofobia, mientras que el 4,4 por ciento presenta un caso grave. Se concluye que la gran mayoría de los alumnos investigados presentan niveles moderados de nomofobia.(13)

En Trujillo en el año 2019, Flores, M. investigó con el objetivo de estimar la frecuencia de nomofobia en los estudiantes de Medicina. La investigación es de tipo transeccional y transversal, de diseño analítico. La población estuvo conformada por los estudiantes de

Medicina Humana de la Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo. Los resultados demostraron que 61.8 por ciento presentan un nivel moderado de nomofobia y el 7.4 por ciento presentan un nivel severo de nomofobia. Concluye que, de trescientos veinte y cinco estudiantes investigados, el 61,8 por ciento presentó un nivel de nomofobia moderado.(14)

1.2.3. A nivel local:

Rengifo, D. y Arapa, F. realizaron una investigación en Juliaca en 2021 para determinar si existe o no una asociación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria que estaban inscritos en un colegio de Juliaca. Se trata de un diseño no experimental que utiliza la correlación y adopta un enfoque cuantitativo transversal: Como resultado del procesamiento de los datos estadísticos, la conclusión que se extrajo del análisis fue que no existe una correlación estadísticamente significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica ($\rho = .092$; $p > .05$). Por otro lado, se encontró que la dimensión de procrastinación académica tiene una asociación inversa estadísticamente significativa ($\rho = -.234$; $p < .05$) con la incapacidad para adquirir conocimientos. Esto significa que cuanto menor es la procrastinación académica, mayor es el no poder acceder a la información.(15)

En Puno en el año 2021, Huanca, T. investigó con el objetivo de determinar el nivel de nomofobia en los estudiantes de la institución educativa “María Auxiliadora” de la ciudad de Puno, durante el año escolar 2019. Se trabajó en base al tipo de investigación básico y al diseño, diagnóstico; asimismo, con toda la población de estudio, constituida por 400 estudiantes del VII ciclo de la institución educativa mencionada. Siendo la encuesta, la técnica que se empleó para recoger los datos correspondientes; en tanto, el instrumento fue el cuestionario. Los resultados, a los que se arribaron, evidencian que el 72% de estudiantes presentan un nivel alto de nomofobia. En conclusión, la mayoría de

estudiantes presentan un miedo intenso a estar sin el teléfono celular, lo que hace que lo usen desmesuradamente, perjudicándolos en su rendimiento académico y en sus actividades no académicas.(7)

En Puno en el año 2021 Cayllahua, M. y Huanaco, F. investigado con la finalidad de demostrar la relación entre los factores individuales y la procrastinación académica; la hipótesis fue que los factores individuales tienen una relación significativa con la procrastinación académica en los estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil de la UNAP - 2019; la investigación se realizó con la finalidad de demostrar esta relación entre las dos variables arriba mencionados. La metodología se basó en el enfoque cuantitativo; fue de tipo descriptivo correlacional; el diseño fue transversal; y no se realizaron experimentos, ya que solo se describió los resultados en un tiempo determinado, sin repetirlo, y también no manipularon ninguna variable para poder experimentarlo. En los resultados se ha demostrado que, los estudiantes universitarios practican adecuadamente hábitos de estudio con alta procrastinación académica en 57.4%, teniendo la correlación de Pearson positiva alta de 0.798; de igual forma, tienen baja motivación y alta procrastinación académica en 58. 9%, obteniendo una alta correlación positiva de Pearson de 0,843; del mismo modo, tienen un alto uso de Internet y una alta procrastinación académica en el 60,0%, obteniendo una alta correlación positiva de 0,798.(9)

1.3. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo general:

- Determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.
- Identificar el nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO

2.1.1 La Nomofobia

La nomofobia es un temor o ansiedad irresistible a salir de casa sin el teléfono móvil. También se distingue por la sensación irracional de estar incomunicado, que se activa cuando uno se queda sin batería, pierde la cobertura del móvil o se olvida el teléfono móvil en casa (16). También Muñoz la nomofobia, significa temor a estar sin el móvil que se ha convertido en una fobia, y la probable dependencia que puede suponer un problema psicológico son más frecuentes entre los jóvenes y adolescentes. Según un estudio, el cuarenta por ciento de las y los habitantes observan las pantallas de sus teléfonos más de cincuenta veces al día, lo que influye en el ritmo de sus vidas.(17)

Castro menciona que es fundamental entender que su utilización compulsiva puede producir cambios de humor, Igualmente, se genera una determinada adicción psicológica que se manifiesta en la incapacidad de controlar o suspender su uso.(18)

Para León y Péres “la causa de la nomofobia es la constante evolución de la tecnología

permite acceder a esta de una manera más rápida a un menor costo, siendo esta una ventaja para la sociedad pero también alimenta la ambición propia del ser humano y puede llegar a causar problemas adictivos, para el caso de este ensayo se debe hablar de los teléfonos celulares principalmente, pues es el máximo exponencial de la evolución tecnológica actualmente” (p. 10)(19).

Las consecuencias son la ansiedad al estar constantemente pendiente del teléfono celular puede causar una pérdida de atención importante no solo al individuo que es su móvil, sino también a quienes están lo suficientemente cerca como para captar la luz de la pantalla, el sonido incluso cuando esté en modo vibrar (19).

Herrera y Ochoa señalan que a pesar de que los estudiantes utilicen el Smartphone en espacios abiertos o en actividades extra clase, el mayor problema que se puede tener en el ámbito académico por el uso excesivo del celular es que, crea mucha pérdida de atención ya que, el individuo que tiene este trastorno, espera recibir y enviar mensajes, ya sea vía WhatsApp o facebook, con el fin de sentirse parte del grupo social, con el fin de sentir que se está integrando. En otras palabras, Por su parte, el sujeto no tiene la capacidad de dejar el móvil en cualquier lugar, mientras que compartir en familia, reuniones familiares, aficiones, y otras acciones en familia; la mayoría de las veces, la persona con esta patología, mantiene una conversación a través del dispositivo, incluso cuando se está alimentando en un contexto familiar (20).

Benitez afirma, que la mayoría en el mundo, hacen uso del móvil, en todos los ámbitos de la vida, los adaptan al trabajo, a la vida personal, relaciones familiares y sociales; con la salud, la formación, la educación y la información (21).

En una línea similar, el uso intensivo de teléfonos móviles se relaciona con problemas de economía familiar, depresión y bajo rendimiento académico.. En base a estos criterios, podemos definir en tanto, que esta patología, está presente en las actividades

académicas como también en los espacios no académicos. (22)

En síntesis, los síntomas que se presentan, durante las actividades académicas son:

- ❖ Los estudiantes se sienten incómodos si no disponen de acceso constante a la red a través de su teléfono móvil.
- ❖ Les molesta no poder usar su teléfono y sus aplicaciones cuando quieren hacerlo
- ❖ Les molesta querer buscar información en mi dispositivo móvil y no poder hacerlo.
- ❖ Cuando no comprueban su «celular» durante un tiempo, sienten el deseo de mirar si tienen nuevas notificaciones.
- ❖ Si no tienen su «celular» consigo se ponen ansiosos porque no pueden comunicarse al instante con su familia y amigos.
- ❖ Si no tienen su «celular» consigo se ponen nerviosos porque no pueden recibir mensajes ni llamadas.
- ❖ Si no tienen su «celular» consigo se ponen nerviosos porque su conexión constante con su familia y amigos se rompe."
- ❖ Si no tienen su «celular» consigo, se agobian piensan que alguien ha intentado contactarse y no ha podido.
- ❖ Si no tiene su «celular» consigo se sienten incómodos porque no pueden estar al día en las redes sociales (whatsapp, facebook, instagram, twitter, etc) (7).

- **Dimensión no poder acceder a información**

Pertenece a los sentimientos de no tener acceso a la información, reflejando el malestar de perder el acceso omnipresente a la información mediante los celulares y de no tener acceso a la búsqueda de información que brindan los celulares (13).

- **Dimensión darse por vencido**

Pertenece a los sentimientos de renuncia y abandono de las ventajas que ofrece el teléfono móvil, y también muestra el deseo de utilizar la facilidad de llevar un teléfono móvil encima en todo momento. (13).

- **Dimensión no poder comunicarse**

Incorpora todos los sentimientos de no poder estar en contacto con amigos y familiares, así como la sensación de no ser contactado. Se refiere a la pérdida de comunicación constante con otras personas y a la imposibilidad de acceder a servicios que permitan la comunicación (13).

- **Dimensión perder la conexión**

Hace referencia a los sentimientos de pérdida de conectividad que prevé en los teléfonos, celulares y el hecho de estar conectados de la identidad online en especial en las redes sociales (13).

2.1.2 Procrastinación académica

En la procrastinación académica los estudiantes tienen una escasa motivación de hacerle frente a la responsabilidad o actividad que implica una tarea académica, es decir los estudiantes sienten que los trabajos académicos no son de su interés y perciben esas obligaciones como aversivas (10).

Es normal escuchar "termino de jugar y sigo con los deberes", "el lunes empiezo a ir al gimnasio" son algunas de las decisiones que se toman regularmente pero que se vuelven difíciles de realizar, a estas acciones de dejar las cosas para después se les denomina procrastinación (p. 20) (9).

Los estudiantes tienen dificultades para elaborar calendarios, desarrollar tareas y calcular con precisión el tiempo porque son reacios a realizar las actividades en el momento preciso y esperan hasta el último momento para realizarlas justo antes de las horas de entrega para preocuparse de otras actividades y proponer cualquier actividad relacionada con la formación académica. Debido a esta actitud de aplazamiento frecuente y de atribuir mayor relevancia a actividades distintas de las académicas, los estudiantes son más propensos a procrastinar y a atribuir mayor relevancia a actividades distintas de las académicas (23).

En este sentido, la procrastinación es el comportamiento de posponer o evitar actividades; es decir, la persona pospone la actividad que debería realizar, incluso perdiendo el tiempo en cosas que no son especialmente necesarias. En otras palabras, la procrastinación es el hábito de posponer o evitar tareas. La procrastinación es un comportamiento muy extendido en el ser humano porque todos lo hemos hecho alguna vez en la vida. Sin embargo, la mayoría de nosotros no nos damos cuenta de que este comportamiento puede acabar provocando decepciones, estrés y otros problemas en el trabajo hasta que ya es demasiado tarde. "No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy" es una de las frases más conocidas que explican el concepto de procrastinación (12).

- **Autorregulación académica**

Es la inclinación irracional a posponer obligaciones que deben cumplirse, que en ocasiones se manifiesta como un deseo de evitar una actividad que puede estar bajo el control de uno mismo y puede causar estrés en las personas. La dilación es una forma de procrastinación, ya que la dilación es irracional (9).

Es un proceso activo en el que se desarrollan objetivos para alcanzar un determinado grado de aprendizaje mediante el seguimiento, la regulación y la dirección de la motivación y el comportamiento de los alumnos. Además, examina la capacidad de los alumnos para gestionar y controlar sus ideas, motivaciones y comportamientos. En pocas palabras, la autorregulación es un proceso proactivo y constructivo de reacciones dirigidas a la consecución de objetivos de aprendizaje (23).

- **Postergación de actividades**

Es una tendencia a posponer las acciones, que se refiere a la sustitución de temas que requieren importancia y urgencia por tareas irrelevantes y transitorias (23).

Este aplazamiento de las actividades académicas afecta a la capacidad de toma de

decisiones de los jóvenes, ya que son incapaces de elegir entre realizar su trabajo o satisfacer los placeres de su entorno. Como resultado, empiezan a creer que su comportamiento es aceptable y prefieren dedicar su tiempo a actividades que sólo les divierten, lo que repercute en su tiempo como estudiantes universitarios (9).

2.2 MARCO CONCEPTUAL

- **Autorregulación académica:** Esta escala mide hasta qué punto los alumnos son capaces de gobernar y controlar sus pensamientos, motivaciones y comportamientos.
- **Darse por vencido:** Es cuando el estudiante abandona el celular para poder hacer otras cosas distintas a su hábito normal.
- **Dimensión perder la conexión:** Hace referencia a los sentimientos de pérdida de conectividad que prevé en los teléfonos, celulares y el hecho de estar conectados de la identidad online en especial en las redes sociales
- **La nomofobia:** Significa temor a estar sin el móvil que se ha convertido en una fobia, y la probable dependencia que puede suponer un problema psicológico son más frecuentes entre los jóvenes y adolescentes.
- **No poder acceder a información:** Es cuando el estudiante al momento de dejar el celular no puede buscar ninguna información que quisiera, ya que tiene miedo a quedarse con esa duda.
- **No poder comunicarse:** Es cuando el estudiante no puede comunicarse con sus amigos, familiares, etc, claro esto puede ser mediante llamadas y mensajes.
- **Postergación de actividades:** Es cuando el estudiante aplaza o posterga sus trabajos para un día más, dando lugar a otros trabajos irrelevantes.
- **Procrastinación académica:** Es cuando los alumnos procrastinan refieren a la dificultad que tienen para desarrollar horarios, desarrollar tareas y calcular adecuadamente el tiempo, ser reacios para llevar actividades en el tiempo preciso y esperar hasta el último minuto para realizarlas justo antes de los tiempos de entrega a preocuparse por otras actividades y proponer cualquier actividad vinculada a la

formación académica.

2.3 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.3.1 Hipótesis general:

Existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

2.3.2 Hipótesis específica:

No existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 ZONA DE ESTUDIO

La investigación se realizó en la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. La cual está ubicada en Av. Estudiante S/N rinconada del centro poblado de Salcedo, de la ciudad de Puno, la institución educativa es de gestión pública, tiene un sistema de atención del turno mañana y cuenta con alumnado mixto.

3.2 TAMAÑO DE MUESTRA

- **Población**

La población estuvo conformada por 230 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

- **Muestra**

Para determinar la muestra se utilizó el muestreo probabilístico, tomada al azar mediante la aplicación de la fórmula probabilística de Arkin y Colton (1995) (24).

$$n = \frac{Z^2 p.q.N}{(N-1)E^2 + Z^2 p.q}$$

Donde:

n = Muestra

N = Población =230

p = Eventos favorables =0.5

q = Eventos desfavorables =0.5

Z = Nivel de significación =1.96

E = Margen de error =0.05

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5)(0.5)(230)}{(230-1)(0.05)^2 + (1.96)^2 (0.5)(0.5)}$$

$$\frac{0.9604 (230)}{0.5725+0.9604}$$

$$\frac{220.892}{1.5329} = 144.1$$

$$n = 144$$

Por lo tanto, la muestra estuvo conformada por 144 estudiantes.

Selección de la muestra

a) Criterios de inclusión:

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que hayan aceptado firmar el consentimiento informado.
- El estudiante que esté en capacidad física y mental de responder el cuestionario.

b) Criterios de exclusión:

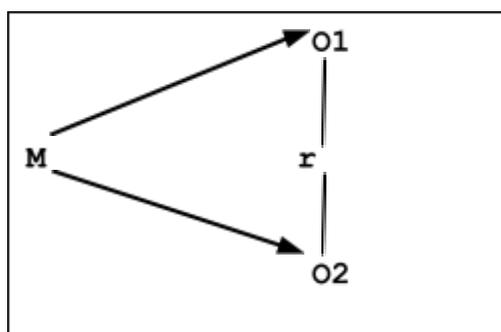
- Estudiantes que no deseen participar.
- Estudiantes que no se encontrarán al momento de aplicar el instrumento.

3.3 MÉTODOS Y TÉCNICAS

- **Métodos:**

La investigación es de tipo descriptivo de corte transversal, descriptivo porque se recogió la información respecto a la nomofobia y la procrastinación académica, la cual permitió su descripción, transversal porque el recojo de información se realizó en un solo momento. El diseño de investigación es no experimental correlacional, porque permitió relacionar las variables nomofobia y la procrastinación académica, mas no se realizó la manipulación de ninguna variable (25).

Cuyo diagrama es el siguiente:



Donde:

M= Muestra

O1= Observaciones de la variable 1

O2= Observaciones de la variable 2

r= Grado de relación existente

- **Técnicas:**

La técnica que se utilizó es la encuesta para ambas variables.

Según los autores Kerlinger & Lee la encuesta es una técnica que contiene preguntas referidas a los asuntos que el investigador quiere saber y que están dirigidas a determinadas personas.(26)

El instrumento que se utilizó fue el cuestionario para ambas variables

- **Para la variable nomofobia**

El instrumento fue elaborado por las investigadoras Ana Paula Correia y Caglar Yildirim , el instrumento está dada para adolescentes tanto mujeres como varones, se puede tomar en forma grupal o de manera personal o individual. También el tiempo necesario para poder llenar o completar el cuestionario oscila entre los catorce a los veinte minutos. Contiene veinte interrogantes con respuestas de siete aspectos desde totalmente desacuerdo hasta totalmente de acuerdo. El rango de puntuación oscila entre la mínima de cuarenta y la máxima de ciento cuarenta. Mientras sea mayor la puntuación, mayor será el nivel de nomofobia del estudiante.

Para determinar si existía o no una asociación significativa entre las puntuaciones de los participantes, la validación se determinó utilizando el coeficiente de correlación producto-momento de Pearson. Según los resultados estaba fuerte y directamente correlacionados $r(299) = 0.710, p < 0.01$. de esa manera se aseguró la validación.

El instrumento Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) tiene una confiabilidad de 0.945 según alfa de Cronbach. También para los indicadores la confiabilidad es de 0.939 para la dimensión no poder comunicarse, 0.874 para la dimensión perder la conexión, 0.827 para la dimensión no poder acceder a la información y 0.814 para la dimensión darse por vencido.

Cabe mencionar que antes de aplicar el instrumento de nomofobia se ha realizado la confiabilidad del instrumento, esto se aplicó a una muestra piloto de 10 estudiantes, para posteriormente procesarlo en el Excel, aplicando la fórmula de alfa de cronbach, teniendo como resultado a $\alpha = 0.94$, esto indica que el instrumento si es viable.

- **Para la variable procrastinación académica**

Este instrumento que se utilizó en la investigación permitió evaluar la tendencia a la procrastinación académica. Fue desarrollado por Busko y adaptado por Álvarez en 2010

(23) y consta de 19 ítems cerrados tipo Likert, que van de siempre a casi siempre, de a veces a rara vez y de rara vez a nunca. Puede ser aplicada de forma individual o grupal.

Cabe mencionar que antes de aplicar el instrumento de procrastinación académica, se ha realizado la confiabilidad del instrumento, esto se aplicó a una muestra piloto de 10 estudiantes, para posteriormente procesarlo en el Excel, aplicando la fórmula de alfa de cronbach, teniendo como resultado a $\alpha=0.80$, esto indica que el instrumento si es viable.

3.4 IDENTIFICACIÓN DE LA VARIABLE

3.4.1 Variables

- **Variable independiente:** Nomofobia
- **Variable dependiente:** Procrastinación académica

3.4.2. Operacionalización de variables.

- VARIABLE INDEPENDIENTE: NOMOFOBIA

VARIABLE	DIMENSION	INDICADORES	CATEGORIA
		- sentimiento del mal al no poder acceder a la información.	
	• Dimensión: no poder acceder a la información	- molestia al no poder acceder a la información	Leve 20-59
		- nerviosismo al no poder acceder a la información	
	información	- me molestaría al no utilizar las aplicaciones	Moderada 60-99
		- miedo a quedarse sin batería	
		- desesperación al quedarse sin saldo	
	• Dimensión: darse por vencido	- desesperación al quedarse sin señal	Severa 100-140
NOMOFOBIA		- miedo a quedarse abandonado	
		- deseos de consultar	
		- inquietud al no poder comunicarse	

-
- preocupación por no poder comunicarse con amigos y familiares.
-
- Dimensión: de no poder comunicarse
 - nerviosismo por no recibir mensajes ni llamadas
 - inquietud por no recibir mensajes
 - inquietud por no por no tener comunicación
-
- Dimensión: perder la conexión
 - nerviosismo por estar desconectado
 - sentimiento del mal por estar desinformado
 - incomodidad al no poder consultar
 - agobia por no saber del correo electrónico
 - sentimiento al no saber qué hacer
-

• VARIABLE DEPENDIENTE: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
PROCRASTINACION ACADEMICA	- Preparación de examen	- preparación de examen	Baja 19 - 44
	- Motivación para estudiar	- motivación para estudiar	
	- Compromiso con las tareas	- compromiso con las tareas	
	- Postergación de actividades	- postergación de trabajos	
	- Aburrimiento en la tarea	- aburrimiento en la tarea	Moderada 45 - 69
	- Actividades no académicas	- actividades no académicas	
	- Lectura para la casa	- lectura para la casa	
	- Autorregulación Académica	- excusas para no hacer trabajos	
	- Duda de la capacidad	- duda de la capacidad	

3.5. MÉTODO Y DISEÑO ESTADÍSTICO

Para probar la hipótesis se utilizó el modelo estadístico de Correlación de Pearson. De esta manera se determinó la relación entre nomofobia y la procrastinación académica (las dos variables que fueron estudiadas en esta tesis). En primer lugar, el instrumento se contó, codificó y puntuó según la categoría y la escala de medición de cada variable. A continuación, se procesaron los datos recogidos en el programa que todos conocemos que es excel, luego se pasó a SSPS versión 25 y se crearon tablas y gráficos estadísticos, teniendo en cuenta la variable y los objetivos.

La relación de las variables toma valores comprendidos entre -1 y $+1$ pasando por 0 . El valor del coeficiente de la correlación lineal se calcula mediante la fórmula:

$$r = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N(\sum X^2) - (\sum X)^2][N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

REGLA DE DECISIÓN:

Si $p < \alpha$ (0.05) se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_1), es decir; existe relación entre las dos variables.

Tabla N° 01: Nivel de medición de las variables con la correlación de Pearson.

NIVEL DE MEDICIÓN DE LAS VARIABLES DE LA CORRELACIÓN DE PEARSON	
+0.9 - +1	correlación positiva perfecta
+0.7 - 0.89	correlación positiva muy fuerte
+0.4 - 0.69	correlación positiva considerable
+0.2 - 0.39	correlación positiva débil
+0.01 - 0.19	correlación positiva muy débil
0	correlación nula
-0.01 - 0.19	correlación negativa muy débil
-0.2 - 0.39	correlación negativa débil
-0.4 - 0.69	correlación negativa media
-0.7 - 0.89	correlación negativa considerable
-0.9 - 1	correlación negativa muy fuerte

CAPITULO IV

EXPOSICIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1: EXPOSICIÓN DE RESULTADOS

Tabla N° 02: Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

		Procrastinación académica			
		Baja	Moderada	Alta	Total
Leve	f	29	27	2	58
	%	20,1%	18,8%	1,4%	40,3%
Modera da	f	2	65	14	81
	%	1,4%	45,1%	9,7%	56,3%
Severa	f	0	2	3	5
	%	0,0%	1,4%	2,1%	3,5%
Total:	f	31	94	19	144
	%	21,5%	65,3%	13,2%	100,0%

Nota: Elaboración propia.

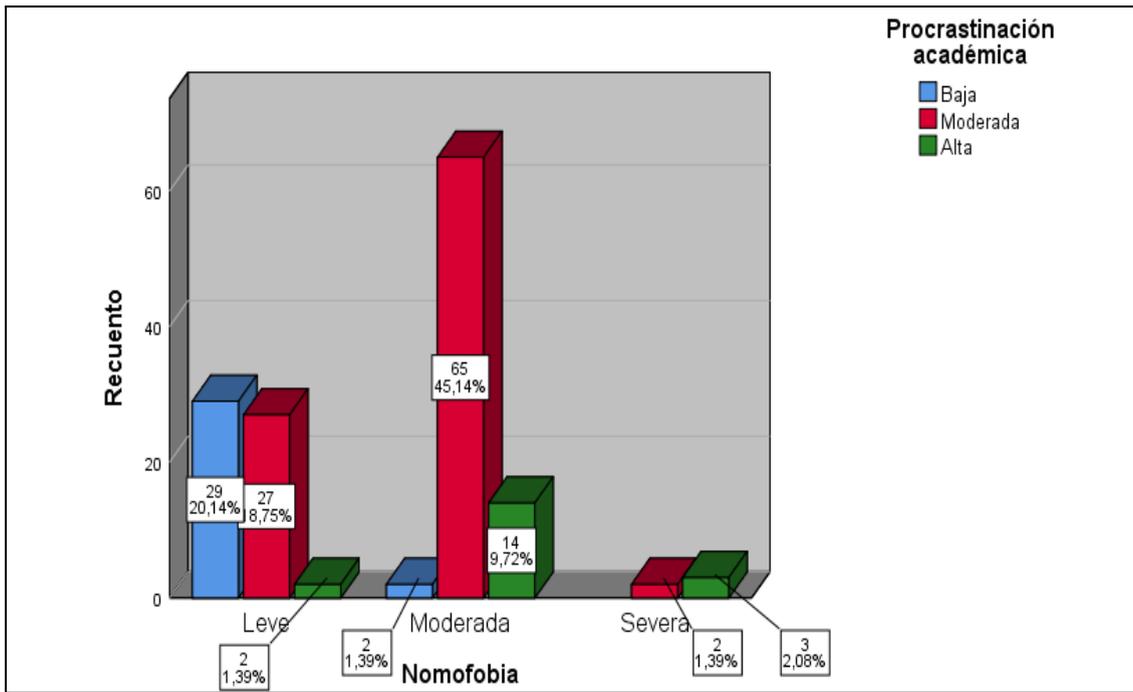


Figura N°01: Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022

Nota: tabla 02.

En la tabla y figura se observa que los estudiantes con nomofobia leve en un 20.1% tienen una procrastinación académica de nivel baja, en un 18.8% procrastinación académica de nivel moderada y en un 1.4% procrastinación académica de nivel alta. También los estudiantes con nomofobia moderada en un 1.4% tienen una procrastinación académica de nivel baja, el 45.1% procrastinación académica de nivel moderada y el 9.7% procrastinación académica de nivel alta. Del mismo modo los estudiantes con nomofobia severa en un 1.4% tienen procrastinación académica de nivel moderada y el 2.1% procrastinación académica de nivel alta.

Cabe mencionar que también hay investigación previos que arribaron al mismo resultado, estos son las siguientes:

En Lambayeque en el año 2022, Caycay, J. en una institución educativa. arribó a la conclusión que existe una correlación altamente significativa de ($p < 0.01$) de una relación directa de (,499) entre las dos variables que fueron estudiadas(10). También en Lima en

el año 2021 Gomez, C. y Medina, J. en estudiantes de Lima Metropolitana. Los resultados obtenidos revelan que las variables investigadas son extremadamente significativas, con una correlación de Pearson de $r = 0,45$ entre la Dependencia del Teléfono Móvil y la Procrastinación Académica, lo que indica que cuanto mayor es la Dependencia del Teléfono Móvil, menor es la Procrastinación Académica (11). Se ha confirmado la existencia de una asociación estadísticamente significativa entre las variables investigadas. Asimismo en Puno en el año 2021 Cayllahua, M. y Huanaco, F. (9) en sus resultados demostraron que existe correlación positiva alta de Pearson de 0,798. En Juliaca en el año 2021, Rengifo, D. y Arapa F. en los alumnos que cursaban el 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa pública ubicada en la ciudad de Juliaca. El procesamiento de los datos estadísticos reveló que no existe una asociación estadísticamente significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica ($\rho = .092$; $p > .05$), que fue la conclusión extraída del análisis(15).

Por otro lado, hay una investigación donde no tienen un acercamiento a nuestro resultado, este trabajo se realizó en Chimbote en el 2022, Aliaga, K. en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de La Mar, Ayacucho. El valor de (p calculada = 613) $>$ (p tabulada $> 0,05$) fue determinado por la prueba no paramétrica, indicando que no existe relación entre las variables procrastinación académica y dependencia del celular, concluyendo que los alumnos de esta institución no presentan problemas en cuanto al uso del celular, pero son promedio en cuanto a la procrastinación(12).

Estos resultados demuestran que, cuando un estudiante tenga nomofobia severa, entonces tendrá una procrastinación académica alta, teniendo un problema grave en la salud mental del estudiante. Ante este suceso el Ministerio de la Salud debe intervenir con programas que puedan prevenir LA NOMOFOBIA, porque este puede afectar no solo al estudio, afecta la salud, la economía, etc.

Tabla N° 03: Prueba de hipótesis

CORRELACIONES

		Nomofobia	Procrastinacion Academica
Nomofobia	Correlacion de pearson	1	,554**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	144	144
Procrastinacion Academica	Correlacion de Pearson	,554**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	144	144

- La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

- **Hipótesis alterna:** Existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.
- **Hipótesis nula:** No existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

En la tabla se observa el valor de la significancia que es 0,000 y es menor que 0,05 ($p = 0,000 < 0,05$) entonces rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna, es decir que existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. Además, el grado de relación es 0,489, ello indica correlación positiva considerable.

Tabla N° 04: Nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Leve	58	40,3%
Moderada	81	56,3%
Severa	5	3,5%
Total	144	100,0

Nota: Elaboración propia.

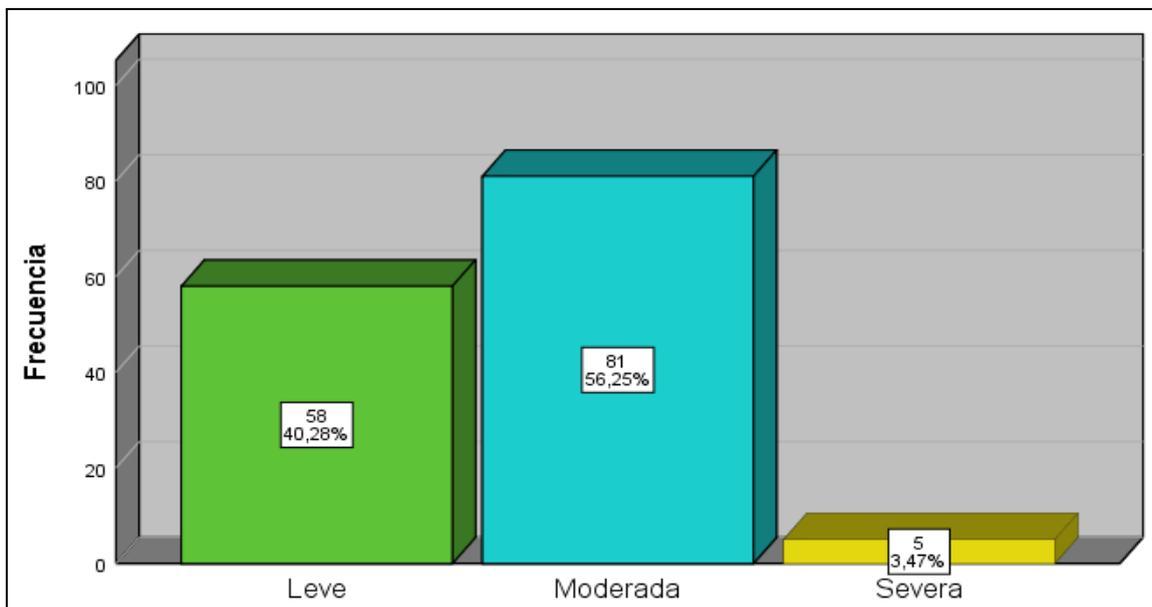


Figura N° 02: Nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

Nota: Tabla 4

En la tabla y figura se muestra con relación al nivel de nomofobia en los estudiantes, donde el 56.3% posee nomofobia de nivel regular, el 40.3% tienen nomofobia de nivel leve y el 3.5% nomofobia de nivel severa.

También en Lima en el año 2022, Cruz, J. los estudiantes de la Institución Educativa Privada de San Martín de Porres, encontraron un predominio de los problemas ocasionales con uso del móvil, con un 59.5% de estudiantes de secundaria (3). En Huancayo en el año 2020, Vera, V. En estudiantes, los resultados demuestran que presentan una nomofobia moderada en un 77.7% y nomofobia severa en un 4.4% (13). Flores, M. menciona que los resultados demostraron que 61.8% presentan un nivel moderado de nomofobia y el 7.4% presentan un nivel severo de nomofobia(14). En Puno en el año 2021, Huanca, T. en los estudiantes de la institución educativa “María Auxiliadora” de la ciudad de Puno, Los resultados, a la que se arribaron, evidencian que el 72% de estudiantes presentan un nivel alto de nomofobia (7). En México en el 2022, Medina, G.; Veytia, M. menciona que, cada vez más estudiantes padecen nomofobia (1). Se descubrió que a los estudiantes les influye más el malestar físico, por no tener móvil, y el sufrimiento mental, por aislarse de los amigos íntimos e ignorar ciertas responsabilidades. Se determinó que los chicos presentan diversos grados de nomofobia, y que no todos creen padecer esta enfermedad, ya que son conscientes de que su uso excesivo del móvil les aleja de la realidad, del contexto, y repercute negativamente en su rendimiento escolar.

Tabla N° 05 Nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Baja	31	21,5
Moderada	94	65,3
Alta	19	13,2
Total	144	100,0

Nota: Elaboración propia.

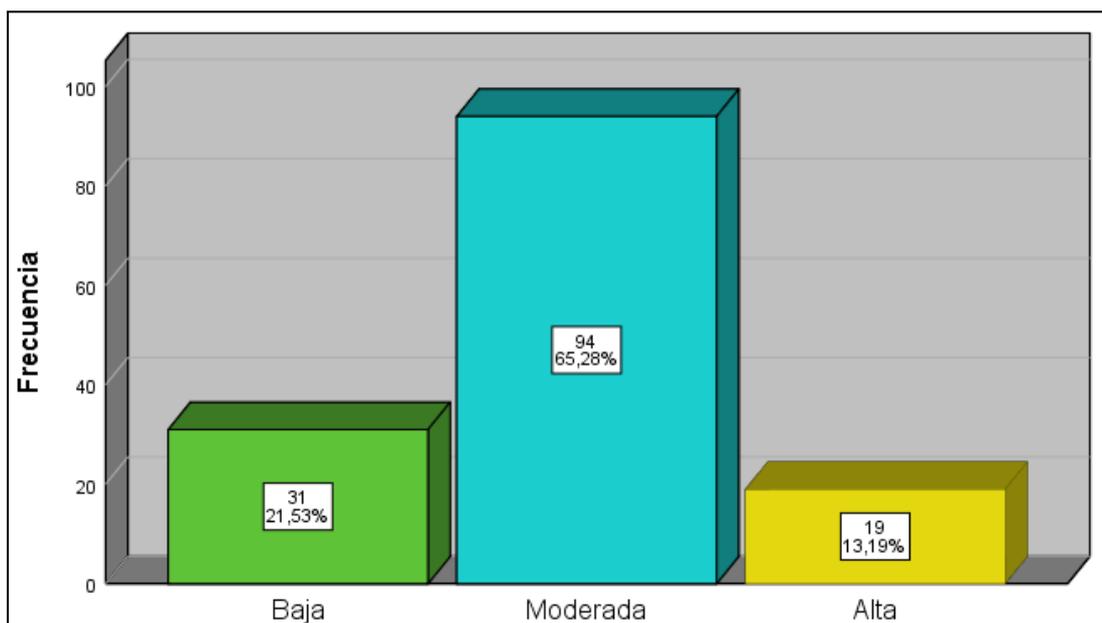


Figura N° 03: Nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.

Nota: Tabla 4

En la tabla y figura se muestra con relación al nivel de procrastinación académica en los estudiantes, donde el 65.3% posee procrastinación académica de nivel moderada, el

21.5% tienen procrastinación académica de nivel baja y el 13.2% procrastinación académica de nivel alta.

Es decir, estos estudiantes tienen una escasa motivación de hacerle frente a la responsabilidad o actividad que implica una tarea académica, es decir los estudiantes sienten que los trabajos académicos no son de su interés y perciben esas obligaciones como aversivas (10). Los estudiantes procrastinan de diversas formas, como por ejemplo mostrándose reacios a realizar las actividades en el momento oportuno, esperando hasta el último minuto para terminarlas justo antes de las fechas límite y teniendo dificultades para elaborar calendarios, desarrollar tareas y estimar con precisión la cantidad de tiempo necesaria para completarlas (23).

En este sentido, la procrastinación es un comportamiento muy extendido en el ser humano porque todos lo hemos hecho alguna vez en la vida. Sin embargo, la mayoría de nosotros no nos damos cuenta de que este comportamiento puede acabar provocando decepciones, estrés y otros problemas en el trabajo hasta que ya es demasiado tarde. Una de las frases más conocidas que definen la procrastinación es "No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy" (12).

CONCLUSIONES

PRIMERO: Existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022, ya que la significancia es 0,000 y es menor a 0,05 ($p = 0,000 < 0,05$) entonces rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna. Es decir, cuando la nomofobia sea más severa, la procrastinación académica será alta.

SEGUNDO: El nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022 es regular en un 56.3%, leve en un 40.3% y severa en un 3.5%.

TERCERO: El nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022 es moderada en un 65.3%, baja en un 21.5% y alta en un 13.2%.

RECOMENDACIONES

PRIMERO:

A los bachilleres de Enfermería, realizar estudios de investigación casi experimentales con temas de nomofobia en estudiantes de instituciones educativas con riesgos sociales, también profundizar más sobre la procrastinación académica relacionado con temas de salud.

SEGUNDO:

Al personal del Centro de Salud Salcedo, La Rinconada promocionar la intervención con familias, incentivando a la participación de los padres de familia, que se les permita mejorar el adecuado uso de los teléfonos móviles, ya que esto puede ser muy dañino en sus menores hijos, de esa manera brindar concientización adecuado a sus hijos. También programar visitas domiciliarias para habituarse estrechamente con estudiantes.

TERCERO:

Al director de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco del centro poblado de Salcedo de la ciudad de Puno, coordinar con los responsables de los establecimientos de salud para capacitar a los estudiantes en relación a la salud de la vista, ya que este es muy importante.

BIBLIOGRAFÍA

1. Medina G, Veytia M. El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. Cienc Lat [Internet]. 2022;6(1):p.21-23. Disponible en:
[https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1639#:~:text=Se encontró que a los,significativas entre los dos grupos.](https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1639#:~:text=Se%20encontr%C3%B3%20que%20a%20los,significativas%20entre%20los%20grupos.)
2. Luna Y. Nomofobia en estudiantes universitarios, estudio realizado en la Universidad Católica de Cuenca Sede Azogues (Tesis) [Internet]. Universidad de Azuay, Cuenca, Ecuador; 2018. Disponible en:
<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8613/1/14280.pdf>
3. Cruz J. Nomofobia y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de San Martín de Porres (Tesis de licenciatura) [Internet]. Universidad Privada del Norte; 2022. Disponible en:
[https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30125/Cruz Preciado%2C Joyce Milagritos.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30125/Cruz%20Preciado%20Joyce%20Milagritos.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
4. Ledesma J. Nomofobia y rasgos de personalidad en los estudiantes del nivel secundario de la I.E.P “San Carlos”, Ayacucho 2021 (Tesis) [Internet]. Universidad Autónoma de Ica; 2021. Disponible en:
[http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/1682/1/Juan José Ledesma Sulca.pdf](http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/1682/1/Juan%20Jos%C3%A9%20Ledesma%20Sulca.pdf)
5. Isuiza S. Nivel de nomofobia en los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huánuco 2019 (Tesis) [Internet]. Universidad de Huánuco; 2021. Disponible en:
[http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3059/Isuiza Cuellar%2C Sonia Marisol.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3059/Isuiza%20Cuellar%20Sonia%20Marisol.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
6. Alccahuaman R. Efectos de la nomofobia y phubbing en el bienestar psicológico de

- los estudiantes de una universidad pública de Arequipa (Tesis) [Internet].
Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2021. Disponible en:
[http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13592/PSancoy_alch
rn.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13592/PSancoy_alch
rn.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
7. Huanca T. El nivel de nomofobia que se manifiesta en los estudiantes de la IES
Maria Auxiliadora de Puno (Tesis) [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano,
Puno; 2021. Disponible en:
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/16404/Huanca_Velasquez_T
ito_Alfredo.pdf?sequence=1](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/16404/Huanca_Velasquez_T
ito_Alfredo.pdf?sequence=1)
8. Larico Y. Repercusión de la nomofobia y su influencia en la ansiedad de los
estudiantes de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca 2017
(Tesis) [Internet]. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca; 2018.
Disponible en: <http://repositorio.uancv.edu.pe/handle/UANCV/2302>
9. Cayllahua F, Huanaco M. Factores individuales y la procrastinación académica en
estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil de la UNA
Puno – 2019 (Tesis) [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano, Puno; 2021.
Disponible en:
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/17239/Cayllahua_Flor_Huan
aco_Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/17239/Cayllahua_Flor_Huan
aco_Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. Caycay J. Niveles de Procrastinación y dimensiones de Adicción a las redes
sociales en estudiantes de una Institución Educativa. Chiclayo (Tesis) [Internet].
Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque; 2022. Disponible en:
[https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/10482/Caycay_Mac
huca_Jonathan_Pool.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/10482/Caycay_Mac
huca_Jonathan_Pool.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
11. Gomez C, Medina J. Dependencia al teléfono móvil, procrastinación académica y

- autoeficacia en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (Tesis) [Internet]. Universidad Cesar Vallejo, Lima; 2021. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60375/Gomez_OCY-Medina_AJA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Aliaga K. Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una Institución Educativa de La Mar, Ayacucho – 2020 (Tesis) [Internet]. Universidad Católica Los Angeles de Chimbote; 2022. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/28368/PROCRASTINACION_ACADEMICA_DEPENDENCIA_ALIAGA_GARCIA_KARIN_MELANIA.pdf?sequence=1
13. Vera V. Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de ingeniería de una universidad privada de la ciudad de Huancayo- 2020 (Tesis) [Internet]. Universidad Peruana Los Andes; 2020. Disponible en:
https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1940/TESIS_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
14. Flores M. Nomofobia en relación al bajo rendimiento académico en estudiantes de Medicina (Tesis) [Internet]. Universidad Privada Antenor Orrego, Perú; 2019. Disponible en:
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5860/1/REP_MEHU_MARIA.FLORES_NOMOFOBIA.RELACIÓN.BAJO.RENDIMIENTO.ACADÉMICO.ESTUDIANTES.MEDICINA.pdf
15. Rengifo D, Arapa F. Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes del cuarto y quinto del nivel secundario de una Institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021 (Tesis) [Internet]. Universidad Peruana Union; 2021. Disponible en:

- https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4694/Diagner_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Reyes S. Nomofobia [Internet]. Prensa Libre. 2014 [citado 15 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.prensalibre.com/opinion/nomofobia-0-1242475742/>
 17. Muñoz G. Atados al celular: Modernidad trajo la nomofobia [Internet]. Prensa Libre. 2016 [citado 15 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.prensalibre.com/guatemala/comunitario/atados-al-celular/>
 18. Castro L. Uso excesivo del celular puede provocar trastornos psicológicos [Internet]. Diario la Prensa. 2014 [citado 15 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.laprensa.hn/tecnologia/uso-excesivo-del-celular-puede-provocar-trastornos-psicologicos-NFLP750580>
 19. Leon I, Péres W. Campaña persuasiva para disminuir la Nomofobia [Internet]. Universidad de San Carlos de Guatemala; 2013. Disponible en: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/02/02_3544.pdf
 20. Herrera A, Ochoa G. Estudio cualitativo de la nomofobia en adolescentes de la I.E. Francisco Mostajo de Tiabaya Arequipa 2018 (Tesis) [Internet]. Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú; 2018. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/7632/PShebeaf.pdf?%0Asequence=1&isAllowed=y>
 21. Benitez P. Estrés y nomofobia [Internet]. Universidad Rafael Landívar; 2018. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Benitez-Dayana.pdf>
 22. García M, Fabila A. Nomofilia vs. nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. un tema pendiente para los estudios en

- comunicación. Razón y palabra [Internet]. 2014;86. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199530728048>
23. Álvarez O. Procrastinación general y academia en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Rev Pers.* 2010;13:159 – 177.
 24. Arkin H, Colton R. *Tablas para estadísticos.* Nueva York: Barnes y Noble; 1995.
 25. Hernández R, Baptista P, Fernández C. *Metodología de la investigación.* 5ta ed. México: Mc Graw-Hill.; 2010.
 26. Kerlinger F, Lee H. *Investigación del comportamiento.* 4.ª ed. México: Mc Graw-Hill; 2002.
 27. Correia A-P, Yildirim C. Explorando las dimensiones de la nomofobia: desarrollo y validación de un cuestionario autoadministrado. *Comput en el Comport Hum* [Internet]. 2016;49:130-7. Disponible en:
https://www.researchgate.net/publication/273705474_Exploring_the_dimensions_of_nomophobia_Development_and_validation_of_a_self-reported_questionnaire

ANEXOS

ANEXO N° 01: MATRIZ D ECONSISTENCIA.

PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
<p>1. Problema General. ¿ Cómo es la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022?</p>	<p>1. Hipótesis general Existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.</p>	<p>1. Objetivo General Determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022.</p>	<p>La investigación es de tipo descriptivo de corte transversal. El diseño de investigación es correlacional.</p>
<p>2. problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es el nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022? - ¿Cuál es el nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022? 		<p>2. Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar el nivel de la nomofobia en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. - Identificar el nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. 	

			<p>- Para la recolección de datos para ambas variables se utilizó un cuestionario. Dichos datos se tabularon y se analizaron en el Microsoft Excel y el paquete estadístico Spss.</p>
--	--	--	---

ANEXO N° 02: DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo:..... Siendo estudiante de la IES Gran Unidad San Juan Bosco, de manera libre y voluntaria otorgo mi consentimiento para ser partícipe de la investigación denominado: “NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN JUAN BOSCO, PUNO, 2022”. Este estudio y el consentimiento me han sido explicados, he leído las páginas de este formulario. Entiendo la información y mis preguntas han sido respondidas. Es por ello que al firmar este formulario estoy aceptando participar de esta investigación.

FIRMA

ANEXO N° 03: INSTRUMENTO:

CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA

Por favor, lea cada pregunta con detenimiento y marque la alternativa que Ud. considere correcta. Conteste a todas las preguntas de manera sincera.

DATOS GENERALES

1. Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

2. Grado _____

- 1 = Muy en desacuerdo
- 2 = Casi siempre en desacuerdo
- 3 = En desacuerdo
- 4 = Ni en desacuerdo ni de acuerdo
- 5 = De acuerdo
- 6 = Casi siempre de acuerdo
- 7 = Totalmente de acuerdo

MARQUE CON ASPA (X) UNA SOLA RESPUESTA

No poder acceder a información	1	2	3	4	5	6	7
1. Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi smartphone.							

2. Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi Smartphone cuando quisiera.							
3. Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi smartphone.							
4. Me molestaría si no pudiera utilizar mi smartphone y/o sus aplicaciones cuando quisiera.							
Darse por vencido							
5. Me daría miedo si mi smartphone se quedase sin batería.							
6. Me daría algo si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual.							
7. Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wi-Fi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.							
8. Si no pudiera utilizar mi smartphone, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.							
9. Si no pudiera consultar mi smartphone durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.							

10. Me inquietaría por no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.							
No poder comunicarse							
11. Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.							
12. Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.							
13. Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.							
14. Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.							
15. Me inquietaría por haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.							
Perder la conexión							
16. Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.							
17. Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.							
18. Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.							

19. Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.							
20. Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.							

PARA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

1 = Nunca

2 = Casi nunca

3 = A veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

MARQUE CON ASPA (X) UNA SOLA RESPUESTA

Autorregulación académica	1	2	3	4	5
1. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
2. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
3. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
4. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
5. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

6. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
7. Constantemente tengo un horario establecido para mis trabajos					
8. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
Postergación académica					
9. Cuando me aburro de una tarea tiendo a aplazarla.					
10. Tiendo a perder mucho el tiempo en actividades no académicas.					
11. Cuando me asignan lecturas, los reviso el mismo día de clase					
12. Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					
13. Presento mis trabajos fuera de tiempo programado					
14. Postergó los trabajos de los cursos que no me gusta					
15. Cuando tengo que hacer una tarea normalmente lo dejo para último minuto					
16. Encuentro una excusa para no hacer lo que tenía que hacer					
17. Sin tener que desarrollar otra actividad importante, aplazó realizar una tarea					
18. Tiendo a no concluir una tarea que empecé					

19. Postergó tareas por dudar de mi capacidad					
---	--	--	--	--	--

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO NOMOFOBIA

Para determinar la confiabilidad del instrumento nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco de Puno, se realizó una prueba piloto conformado por 10 estudiantes, se aplicó el Alfa de Cronbach para otorgarle confiabilidad al instrumento, antes de su aplicación a la muestra de estudio.

Fórmula del Alfa de Cronbach:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum v_i}{V_t} \right)$$

Dónde:

α = Alpha de Cronbach

k = Número de ítems.

v_i = Varianza de cada ítem.

V_t = Sumatoria total de las varianzas

REEMPLAZANDO SEGÚN LA FORMULA

$$\alpha = \frac{20}{20-1} \left(1 - \frac{51.05}{530.94} \right)$$

$$\alpha = \frac{20}{19} \left(1 - \frac{51.05}{530.94} \right)$$

$$\alpha = 1.05 * 0.90$$

$\alpha = 0.94$

NOMOFOBIA																					
	P. 1	P. 2	P. 3	P. 4	P. 5	P. 6	P. 7	P. 8	P. 9	P. 0	P.11	P.1 2	P.1 3	P.1 4	P. 15	P.1 6	P. 7	P. 8	P. 19	P.20	
E.1	1	7	3	1	2	1	1	3	1	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	47
E.2	3	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.3	1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	58
E.4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	70
E.5	4	2	2	2	5	3	3	3	4	5	4	2	4	2	3	3	3	3	3	5	65
E.6	5	5	3	3	3	3	5	5	5	3	5	3	3	3	3	5	5	5	3	3	78
E.7	3	5	3	4	3	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	3	3	3	4	79
E.8	5	5	4	4	1	1	1	1	1	2	5	1	4	5	4	4	3	4	4	4	63
E.9	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	1	3	46
E.10	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	62
	2	4	1	1	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2

k=numero de items 19

vi=varianza de cada item 51.055555 6

vt= varianza total 530.94444

4

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Para determinar la confiabilidad del instrumento procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco de Puno, se realizó una prueba piloto conformado por 10 estudiantes, se aplicó el Alfa de Cronbach para otorgarle confiabilidad al instrumento, antes de su aplicación a la muestra de estudio.

Fórmula del Alfa de Cronbach:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum v_i}{V_t} \right)$$

Dónde:

α = Alpha de Cronbach

K = Número de ítems.

V_i = Varianza de cada ítem.

V_t = Sumatoria total de las varianzas

REEMPLAZANDO SEGÚN LA FORMULA

$$\alpha = \frac{19}{19-1} \left(1 - \frac{46.8}{203.8} \right)$$

$$\alpha = \frac{19}{18} \left(1 - \frac{46.8}{203.8} \right)$$

$$\alpha = 1.05 * 0.77$$

$$\alpha = 0.80$$

PROCRASTINACION ACADEMICA																				
	P																			
	P									P										
	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	P.10	P.11	P.12	P.13	P.14	P.15	P.16	P.17	P.18	P.19	
E.1	2	2	5	4	5	4	1	5	2	4	3	1		1	1	5	5	5	5	65
E.2	1	3	1	3	3	3	1	3	3	1	7	7		7	7	7	7	7	7	85
E.3	4	2	2	2	3	1	1	3	1	3	1	2		1	2	2	2	2	1	37
E.4	3	3	3	3	4	4	2	4	2	2	4	2		3	2	2	2	2	4	54
E.5	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3		3	2	2	3	2	3	52
E.6	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1		3	3	3	3	3	3	53
E.7	5	1	5	3	5	5	5	1	3	3	1	3		3	1	3	3	1	3	57
E.8	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5		1	1	1	1	1	1	55
E.9	2	3	2	3	1	1	1	1	3	3	1	1		3	3	1	1	1	1	33
E.10	2	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3		3	3	3	3	3	3	58
									0		3				3					3
	1.	0.		0.	1.		3.		.		.	3.			.					.
	8	7	2	6	6	2	4	2	7	0.9	7	7		3.1	2	3.4	3.4	3.7	3.3	7

k=numero de items	19
vi=varianza de cada item	46.855555
	6
	203.87777
vt= varianza total	8

ANEXO N° 04: EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS:









ANEXO N° 05: MATRIZ DE DATOS

• NOMOFOBIA:

	NOMOFOBIA																			
	P. 1	P. 2	P. 3	P. 4	P. 5	P. 6	P. 7	P. 8	P. 9	P.1 0	P.1 1	P.1 2	P.1 3	P.1 4	P.1 5	P.1 6	P.1 7	P.1 8	P.1 9	P.2 0
E.1	4	4	6	3	3	3	4	4	5	5	5	3	4	4	3	2	3	3	4	4
E.2	1	7	1	5	1	1	4	1	6	1	1	1	1	1	1	3	7	1	7	3
E.3	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	5	4	5	4	4	1	1	1	1	2
E.4	4	3	1	4	3	1	1	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	5
E.5	3	6	3	5	3	5	3	2	2	2	4	5	6	5	7	5	2	1	4	7
E.6	2	3	1	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	5	3	6	6	6	3
E.7	4	4	4	3	6	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3
E.8	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
E.9	1	1	1	2	1	1	1	7	1	7	4	2	3	2	3	2	3	2	4	2
E.10	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3
E.11	1	7	3	1	2	1	1	3	1	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2
E.12	3	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.13	1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
E.14	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4
E.15	4	2	2	2	5	3	3	3	4	5	4	2	4	2	3	3	3	3	3	5
E.16	5	5	3	3	3	3	5	5	5	3	5	3	3	3	3	5	5	5	3	3
E.17	3	5	3	4	3	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	3	3	3	4
E.18	5	5	4	4	1	1	1	1	1	2	5	1	4	5	4	4	3	4	4	4
E.19	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	1	3
E.20	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.22	1	2	1	2	1	5	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3
E.23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.24	3	3	3	3	3	5	3	4	5	3	5	3	1	3	4	3	3	4	1	3
E.25	5	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
E.26	3	3	4	3	1	7	2	1	4	7	4	2	6	1	5	2	5	2	4	3
E.27	6	4	5	4	2	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.28	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	2	4	4	4	1	3
E.30	5	4	4	5	5	5	5	8	8	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
E.31	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4
E.32	5	6	3	6	1	4	2	6	5	5	7	3	5	5	4	3	6	3	6	3
E.33	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	4
E.34	2	1	5	1	2	3	2	3	4	1	3	3	1	4	1	1	4	1	3	1
E.35	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1
E.36	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3
E.37	1	4	2	2	2	1	2	1	2	7	6	2	5	4	5	1	1	1	1	2
E.38	2	2	2	6	2	2	4	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	4
E.39	6	7	1	5	4	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
E.40	2	2	1	2	1	1	2	1	4	7	4	2	5	7	4	2	2	2	1	1
E.41	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.42	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
E.43	2	4	1	6	1	1	2	1	4	5	5	6	6	2	2	2	2	2	4	4
E.44	6	6	4	6	7	6	6	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	6
E.45	2	4	1	6	1	1	2	1	4	5	5	6	6	2	2	2	2	2	4	4
E.46	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3
E.47	5	5	5	5	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.48	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	7	1	7	5	1	1	1	1	1	1

E.49	2	5	3	6	3	3	6	3	6	6	7	3	4	3	6	3	3	3	6	7
E.50	2	5	1	2	2	3	6	3	3	4	7	3	5	5	5	5	3	3	3	3
E.51	3	3	3	3	5	3	5	3	3	4	5	3	5	5	5	3	3	3	3	5
E.52	4	5	6	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	5	3	3	3
E.53	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.54	5	5	2	4	4	1	5	2	2	4	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2
E.55	4	4	6	3	3	3	4	4	5	5	5	3	4	4	3	2	3	3	4	4
E.56	1	7	1	5	1	1	4	1	6	1	1	1	1	1	1	3	7	1	7	3
E.57	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	5	4	5	4	4	1	1	1	1	2
E.58	4	3	1	4	3	1	1	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	5
E.59	3	6	3	5	3	5	3	2	2	2	4	5	6	5	7	5	2	1	4	7
E.60	2	3	1	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	5	3	6	6	6	3
E.61	4	4	4	3	6	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3
E.62	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
E.63	1	1	1	2	1	1	1	7	1	7	4	2	3	2	3	2	3	2	4	2
E.64	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3
E.65	1	7	3	1	2	1	1	3	1	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2
E.66	3	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.67	1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
E.68	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4
E.69	4	2	2	2	5	3	3	3	4	5	4	2	4	2	3	3	3	3	5	
E.70	5	5	3	3	3	3	5	5	5	3	5	3	3	3	3	5	5	5	3	3
E.71	3	5	3	4	3	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	3	3	4	4
E.72	5	5	4	4	1	1	1	1	1	2	5	1	4	5	4	4	3	4	4	4
E.73	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	1	3
E.74	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.75	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.76	1	2	1	2	1	5	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3
E.77	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.78	3	3	3	3	3	5	3	4	5	3	5	3	1	3	4	3	3	4	1	3
E.79	5	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
E.80	3	3	4	3	1	7	2	1	4	7	4	2	6	1	5	2	5	2	4	3
E.81	6	4	5	4	2	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.82	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	2	4	4	4	1	3
E.84	5	4	4	5	5	5	5	8	8	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
E.85	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4
E.86	5	6	3	6	1	4	2	6	5	5	7	3	5	5	4	3	6	3	6	3
E.87	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	4
E.88	2	1	5	1	2	3	2	3	4	1	3	3	1	4	1	1	4	1	3	1
E.89	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1
E.90	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3
E.91	1	4	2	2	2	1	2	1	2	7	6	2	5	4	5	1	1	1	1	2
E.92	2	2	2	6	2	2	4	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	4	4
E.93	6	7	1	5	4	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
E.94	2	2	1	2	1	1	2	1	4	7	4	2	5	7	4	2	2	2	1	1
E.95	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.96	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
E.97	2	4	1	6	1	1	2	1	4	5	5	6	6	2	2	2	2	2	4	4
E.98	6	6	4	6	7	6	6	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	6
E.99	2	4	1	6	1	1	2	1	4	5	5	6	6	2	2	2	2	2	4	4
E.100	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	1	1	3	3	3	3
E.101	5	5	5	5	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.102	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	7	1	7	5	1	1	1	1	1	1

E.10 3	2	5	3	6	3	3	6	3	6	6	7	3	4	3	6	3	3	3	6	7
E.10 4	2	5	1	2	2	3	6	3	3	4	7	3	5	5	5	5	3	3	3	3
E.10 5	3	3	3	3	5	3	5	3	3	4	5	3	5	5	5	3	3	3	3	5
E.10 6	4	5	6	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	5	3	3	3
E.10 7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.10 8	5	5	2	4	4	1	5	2	2	4	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2
E.10 9	4	4	6	3	3	3	4	4	5	5	5	3	4	4	3	2	3	3	4	4
E.11 0	1	7	1	5	1	1	4	1	6	1	1	1	1	1	1	3	7	1	7	3
E.111	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	5	4	5	4	4	1	1	1	1	2
E.11 2	4	3	1	4	3	1	1	1	1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	5
E.11 3	3	6	3	5	3	5	3	2	2	2	4	5	6	5	7	5	2	1	4	7
E.11 4	2	3	1	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	5	3	6	6	6	3
E.11 5	4	4	4	3	6	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3
E.11 6	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
E.11 7	1	1	1	2	1	1	1	7	1	7	4	2	3	2	3	2	3	2	4	2
E.11 8	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3
E.11 9	1	7	3	1	2	1	1	3	1	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2
E.12 0	3	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.12 1	1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
E.12 2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4
E.12 3	4	2	2	2	5	3	3	3	4	5	4	2	4	2	3	3	3	3	3	5
E.12 4	5	5	3	3	3	3	5	5	5	3	5	3	3	3	3	5	5	5	3	3
E.12 5	3	5	3	4	3	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	3	3	3	3	4
E.12 6	5	5	4	4	1	1	1	1	1	2	5	1	4	5	4	4	3	4	4	4
E.12 7	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	3
E.12 8	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.12 9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.13 0	1	2	1	2	1	5	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3
E.13 1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E.13 2	3	3	3	3	3	5	3	4	5	3	5	3	1	3	4	3	3	4	1	3

E.13	3	5	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
E.13	4	3	3	4	3	1	7	2	1	4	7	4	2	6	1	5	2	5	2	4	3
E.13	5	6	4	5	4	2	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
E.13	6	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
E.13	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	2	4	4	4	1	3	
E.13	8	5	4	4	5	5	5	5	8	8	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	
E.13	9	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	4	
E.14	0	5	6	3	6	1	4	2	6	5	5	7	3	5	5	4	3	6	3	6	
E.14	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	4	
E.14	2	2	1	5	1	2	3	2	3	4	1	3	3	1	4	1	1	4	1	3	
E.14	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	
E.14	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	5	3	5	3	3	3	3	3	3	

• PROCRASTINACION ACADEMICA

	PROCRASTINACION ACADEMICA																		
	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	P.10	P.11	P.12	P.13	P.14	P.15	P.16	P.17	P.18	P.19
E.1	3	4	6	6	3	5	3	7	7	5	4	6	2	2	4	5	3	3	5
E.2	5	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2
E.3	7	7	7	7	7	7	7	1	1	1	1	7	4	1	1	1	1	1	1
E.4	4	5	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
E.5	3	3	2	4	1	7	4	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	5
E.6	2	3	4	3	3	4	5	4	4	5	4	4	3	6	5	4	6	5	6
E.7	3	3	4	4	4	5	2	3	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	3
E.8	1	1	1	3	1	3	2	7	1	3	4	1	5	3	7	1	5	4	7
E.9	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1
E.10	3	1	1	1	1	4	3	3	2	3	3	1	3	1	3	1	2	2	3
E.11	2	2	5	4	5	4	1	5	2	4	3	1	1	1	5	5	5	5	5
E.12	1	3	1	3	3	3	1	3	3	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.13	4	2	2	2	3	1	1	3	1	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1
E.14	3	3	3	3	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	4
E.15	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3
E.16	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
E.17	5	1	5	3	5	5	5	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3
E.18	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1
E.19	2	3	2	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	1	1	1

E.20	2	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	1	3
E.22	1	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1
E.23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.24	3	2	3	2	4	5	4	3	5	4	1	3	5	3	2	3	3	3	3
E.25	2	4	3	4	4	5	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.26	2	3	2	5	3	6	1	6	3	2	4	4	3	3	7	3	6	4	4
E.27	4	3	6	3	4	3	4	3	2	5	4	3	4	3	6	3	5	3	7
E.28	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	3	3	3	1	1
E.29	1	1	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2
E.30	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
E.31	3	3	5	4	3	3	3	2	3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2
E.32	3	3	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3
E.33	3	4	5	4	5	4	3	3	1	2	4	4	2	1	1	1	4	2	1
E.34	2	5	4	4	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	6	1	1	1	1
E.35	5	4	4	4	5	4	4	2	3	2	4	1	1	2	1	1	1	1	1
E.36	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	1
E.38	3	3	3	3	1	3	1	4	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2
E.39	2	3	3	2	2	2	2	4	2	3	4	2	2	2	2	3	2	3	3
E.40	1	3	2	2	1	1	3	3	3	2	3	3	1	1	2	1	2	2	1
E.41	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1
E.42	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3
E.43	4	3	4	3	3	3	1	4	3	3	4	1	1	2	4	1	3	1	3
E.44	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
E.45	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	1	1	2	5	1	3	1	1
E.46	1	3	1	3	1	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
E.47	1	5	5	1	1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3
E.48	3	4	3	4	4	4	4	4	1	2	3	3	2	1	1	1	1	1	2
E.49	1	1	3	2	1	3	1	5	7	3	3	1	2	1	5	6	3	1	3
E.50	3	3	4	4	5	5	5	4	3	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3
E.51	3	3	4	4	5	5	5	4	4	2	3	3	3	1	3	1	3	1	1
E.52	4	4	4	5	4	5	4	3	4	2	4	1	1	1	1	1	2	2	2
E.53	2	2	2	2	5	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1
E.54	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1
E.55	3	4	6	6	3	5	3	7	7	5	4	6	2	2	4	5	3	3	4
E.56	5	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	1	1	1	1	1	1	3	4
E.57	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2
E.58	4	5	5	5	4	5	5	4	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	2
E.59	3	3	2	4	1	7	4	3	4	4	3	4	1	3	3	1	3	3	3
E.60	2	3	4	3	3	4	5	4	4	5	4	4	3	6	5	4	6	5	4
E.61	3	3	4	4	4	5	2	3	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	3
E.62	1	1	1	3	1	3	2	7	1	3	4	1	5	3	7	1	5	4	3
E.63	5	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	4	2	2	2	1	1
E.64	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3
E.65	2	2	5	4	5	4	1	5	2	4	3	1	1	1	5	5	5	5	2
E.66	1	3	1	3	3	3	1	3	3	1	7	7	7	7	7	7	7	7	3
E.67	4	4	4	4	3	4	5	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
E.68	3	3	3	3	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	4
E.69	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4
E.70	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4
E.71	5	1	5	3	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5
E.72	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	4
E.73	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4
E.74	2	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.75	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	1	3
E.76	1	2	1	1	2	1	4	2	1	3	1	3	4	2	3	1	1	1	1
E.77	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

E.78	3	2	3	2	4	5	4	3	5	4	1	3	5	3	2	3	3	3	3
E.79	2	4	3	4	4	5	5	4	1	1	2	5	4	1	1	1	1	1	5
E.80	2	3	2	5	3	6	1	6	3	2	4	4	3	3	7	3	6	4	4
E.81	4	3	6	3	4	3	4	3	2	5	4	3	4	3	6	3	5	3	4
E.82	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
E.83	1	1	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	3	4
E.84	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4
E.85	3	3	5	4	3	3	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	2	3	4
E.86	3	3	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	4
E.87	3	4	5	4	5	4	3	3	1	2	4	4	2	1	1	1	4	2	4
E.88	2	1	4	1	1	1	1	1	1	3	4	4	4	3	1	1	1	4	1
E.89	5	4	4	4	5	4	4	2	3	2	4	1	1	2	1	1	1	1	3
E.90	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.91	1	5	1	1	1	1	5	2	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	3
E.92	3	3	3	3	2	3	1	4	4	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3
E.93	2	3	3	2	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
E.94	4	3	5	5	4	4	3	3	3	2	3	3	1	1	3	1	3	2	3
E.95	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	3
E.96	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4
E.97	4	3	4	3	3	3	1	4	3	3	4	1	1	2	4	1	3	1	4
E.98	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4
E.99	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	1	1	2	5	1	3	1	3
E.100	1	3	1	3	1	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
E.101	1	5	5	1	1	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3
E.102	3	4	3	4	4	4	4	4	1	2	3	3	2	1	1	1	1	1	4
E.103	1	1	3	2	1	3	1	5	7	3	3	1	2	1	5	6	3	1	4
E.104	3	3	4	4	5	5	5	4	3	1	3	3	3	3	2	1	3	3	4
E.105	3	3	4	4	5	5	5	4	4	2	3	3	3	1	3	1	3	1	4
E.106	4	4	4	5	4	5	4	3	4	2	4	1	1	1	1	1	2	2	4
E.107	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	3
E.108	4	4	5	4	4	3	4	3	2	2	5	1	1	1	2	1	1	1	3
E.109	3	4	6	6	3	5	3	7	7	5	4	6	2	2	4	5	3	3	5
E.110	5	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	1	1	1	1	1	1	3	5
E.111	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	4	1	2	2	1	2	2
E.112	4	5	5	5	4	5	5	4	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1
E.113	3	3	2	4	1	7	4	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	5
E.114	2	3	4	3	3	4	5	4	4	5	4	4	3	6	5	4	6	5	6
E.115	3	3	4	4	4	5	2	3	2	3	4	4	4	2	3	2	4	4	3
E.116	1	1	1	3	1	3	2	7	1	3	4	1	5	3	7	1	5	4	7
E.117	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1
E.118	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3
E.119	2	2	5	4	5	4	1	5	2	4	3	1	1	1	5	5	5	5	5
E.120	1	3	1	3	3	3	1	3	3	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7
E.121	4	4	4	4	3	4	5	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1
E.122	3	3	3	3	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	4

E.12 3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3
E.12 4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
E.12 5	5	1	5	3	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E.12 6	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1
E.12 7	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
E.12 8	2	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.12 9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	1	3
E.13 0	1	2	7	6	2	4	4	2	5	3	4	3	4	2	3	5	6	7	1
E.13 1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.13 2	3	2	3	2	4	5	4	3	5	4	1	3	5	3	2	3	3	3	3
E.13 3	2	4	3	4	4	5	5	4	1	1	2	5	4	1	1	1	1	1	1
E.13 4	2	3	2	5	3	6	1	6	3	2	4	4	3	3	7	3	6	4	4
E.13 5	4	3	6	3	4	3	4	3	2	5	4	3	4	3	6	3	5	3	7
E.13 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E.13 7	1	1	2	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2
E.13 8	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
E.13 9	3	3	5	4	3	3	4	2	1	4	3	2	4	1	2	4	2	3	4
E.14 0	5	5	5	5	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	4	4
E.14 1	3	4	5	4	5	4	3	3	1	2	4	4	2	1	1	1	4	2	1
E.14 2	2	1	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1
E.14 3	1	1	1	4	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1
E.14 4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3