

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



*Una Institución Adventista*

## **Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Juliaca, 2021**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Por:

Bach. De Ps. Daniel Eduardo Cahuana Cuti

Asesor:

Dra. Rosa María Alfaro Vásquez

Juliaca, Agosto del 2021

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DEL INFORME DE TESIS

Dra. Rosa María Alfaro Vásquez, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

### DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: **“Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Juliaca, 2021”** constituye la memoria que presenta el Bachiller Daniel Eduardo Cahuana Cuti para obtener el título de Profesional de Psicólogo (a), cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Juliaca, a los 2 día del mes de Agosto del año 2021

  
\_\_\_\_\_  
Dra. Rosa María Alfaro Vásquez



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiani, a cinco día(s) del mes de Agosto del año 2021 siendo las 17:15 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del Señor Presidente del jurado: Mg. Santos Armandina Farceque Huancas el secretario: Mg. Rita Córdova Soncco y los demás miembros: Mg. Eddy wildmar Aquize Anco

..... y el(la) asesor(a) Dra. Rosa María Alfaro Vásquez

..... con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada: Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Juliaca, 2021

..... de el(los)/la(las) bachiller(es): a) Daniel Eduardo Cahvana Cuti b) .....

..... conducente a la obtención del título profesional de Psicólogo (Nombre del Título Profesional) con mención en .....

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (los)/a(la)(las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por el(los)/la(las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato (a): Daniel Eduardo Cahvana Cuti

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>18</u>	<u>A-</u>	<u>Muy Buena</u>	<u>Sobresaliente</u>

Candidato (b): .....

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al(los)/a(la)(las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

\_\_\_\_\_  
Presidente

\_\_\_\_\_  
Asesor

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (a)

\_\_\_\_\_  
Secretario

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Candidato/a (b)

## EVIDENCIA SUMISIÓN

[RCCS] Acuse de recibo de envío Recibidos x

 **Keila Ester Miranda Limachi** <revistasalud@upeu.edu.pe> mar, 27 jul 19:09 (hace 5 días) ☆ ↶ ⋮  
para mí ▾

Daniel Eduardo Cahuana :

Gracias por enviar el manuscrito, "Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021" a Revista Científica de Ciencias de la Salud. Con nuestro sistema de gestión de revistas en línea, podrá iniciar sesión en el sitio web de la revista y hacer un seguimiento de su progreso a través del proceso editorial:

URL del manuscrito: [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud/authorDashboard/submission/1494](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/authorDashboard/submission/1494)  
Nombre de usuario/a: 97daniel\_eduardo

En caso de dudas, contacte conmigo. Gracias por elegir esta revista para publicar su trabajo.

Keila Ester Miranda Limachi

---

Revista Científica de Ciencias de la Salud [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud)

↶ Responder ➡ Reenviar

**Revista:** Revista Científica de Ciencias de la Salud

**Fecha de sumisión:** 27 de julio del 2021.

**Link:**

[https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud)

**ISSN:** 2411-0094

# Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Juliaca, 2021

Cahuana Cuti Daniel Eduardo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>EP. Psicología, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión.

---

## Resumen

El objetivo de la presente investigación es determinar si existe relación significativa entre la gestión del tiempo y el compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada. El tipo de investigación pertenece a un diseño no experimental, de corte transversal, tipo correlacional y de enfoque cuantitativo. La muestra estuvo constituida por 217 estudiantes, los cuales fueron seleccionados a través del muestreo probabilístico estratificado donde se segmentó en 5 grupos de población de estudiantes de psicología de las edades de 18 años a más, tomando en cuenta varones y damas que están matriculados en el ciclo estudiantil 2021-1. Los instrumentos utilizados fueron el Time Management Behavior Scale (TMBS), este instrumento alcanza un índice de confianza de ,867 y una validez en un  $V = ,99$ . Respecto al instrumento Utrecht Work Engagement Student (UWES), este instrumento alcanza un índice de confianza de ,917 y una validez en un  $V = ,99$ ; estos instrumentos indican un grado de validez y confiabilidad que catalogan que ambos instrumentos miden lo que deberían medir y de forma consistente. Los hallazgos nos permiten observar que la gestión del tiempo y el compromiso académico se correlacionan de manera positiva y estadísticamente significativa ( $r = ,335$ ,  $p = ,000$ ) dicho resultado es porque a mayor gestión del tiempo mayor compromiso académico. Por lo tanto, se acepta la hipótesis general. Así mismo la correlación en la dimensión vigor ( $Rho = ,373$ ;  $p = ,000$ ), dedicación ( $Rho = ,231$ ;  $p = ,000$ ) y Absorción ( $Rho = ,287$ ;  $p = ,000$ ), siendo altamente significativas.

*Palabras clave:* Gestión del tiempo; Compromiso académico; Estudiantes universitarios.

---

## Abstract

The objective of this research is to determine if there is a significant relationship between time management and academic commitment in psychology students from a private university. The type of research belongs to a non-experimental, cross-sectional, correlational type and quantitative approach design. The sample consisted of 217 students, who were selected through stratified probability sampling where they were divided into 5 population groups of psychology students aged 18 years and over, taking into account men and women who are enrolled in the student cycle 2021-1. The instruments used were the Time Management Behavior Scale (TMBS), this instrument reaches a confidence index of .867 and a validity of  $V = .99$ . Regarding the Utrecht Work Engagement Student (UWES) instrument, this instrument achieves a confidence index of .917 and a validity of  $V = .99$ ; These instruments indicate a degree of validity and reliability that catalogs that both instruments measure what they should measure and consistently. The findings allow us to observe that time management and academic commitment are positively and statistically significantly correlated ( $r = .335$ ,  $p = .000$ ). This result is because the greater the time management, the greater the academic commitment. Therefore, the general hypothesis is accepted. Likewise, the correlation in the vigor dimension ( $Rho = .373$ ;  $p = .000$ ), dedication ( $Rho = .231$ ;  $p = .000$ ) and Absorption ( $Rho = .287$ ;  $p = .000$ ), being highly significant.

*Key words:* Time management; Academic commitment; University students.

## Introducción

En la actualidad la emergencia sanitaria (covid-19), ha obligado a la sociedad académica explorar novedosas maneras de enseñar y aprender, incluyendo la educación a distancia en línea, esta situación resulto difícil tanto para el estudiante y el docente, teniendo que afrontar problemas emocionales, físicos y económicos, al mismo tiempo contribuir a frenar la propagación de esta enfermedad, siendo el principal problema de salud pública, declarada así por la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020).

La nueva modalidad de aprendizaje favorece que los estudiantes puedan acceder a los materiales de estudio y cumplan sus actividades académicas en cualquier momento y cualquier lugar, de una forma adaptable y dinámica. El uso de aulas virtuales requiere autorregulación por parte de los estudiantes, para que sean capaces de alcanzar el proceso de aprendizaje (Gros, 2018). Uno de los factores de autorregulación es la gestión del tiempo. Si un estudiante no logra planificar y organizar bien su tiempo de estudio y dejar todo a último momento es probable que se presenten problemas de desmotivación, apatía para completar los trabajos o actividades, bajo rendimiento e incluso que abandone los estudios. (Van Laer & Elen, 2017)

Una investigación realizada por el Banco Mundial a finales del 2018, reveló que los estudiantes de 25 a 29 años de edad no finalizaron sus estudios, sea porque no continuaron estudiando o desertaron; también se estimó que el 30% de estudiantes que empieza una carrera universitaria abandonara el sistema de educación superior al final del primer año (Ferreira et al, 2018). Según el Minedu (2020) afirma que la tasa de deserción universitaria en el Perú alcanzo un 18,6% a diferencia del 2019 que fue un 12%.

En el Perú el 27% de los ingresantes a una universidad privada abandonaran sus estudios en el primer año, algunas causas de la deserción universitaria son: bajo rendimiento académico, dudas vocacionales, problemas económicos y problemas emocionales (Penta Analytics, 2017).

El adaptarse a la vida universitaria demanda autonomía, seguridad y confianza en toma de decisiones, e implica adaptarse a nuevas exigencias académicas. Durante el proceso formativo varios estudiantes universitarios no consiguen desarrollar habilidades y competencias necesarias que les permita sobrellevar situaciones de estrés y experimentan sensaciones de no poder consigo mismo, actitud de fracaso y sentirse incapaz de realizar tareas académicas (Palacio, Caballero, Gonzales, Gravini, & Contreras, 2012).

Para tener un buen rendimiento académico dependerá mucho de una adecuada gestión y organización del tiempo. Saber planificar, tener las adecuadas herramientas, estar motivado y tener confianza. La gestión adecuada del estudio permite lograr buenos resultados y evitar momentos de agobio (Marchena et al. 2017). Otro factor importante es el compromiso académico, vinculado con la dedicación a los estudios, organización de tareas asignadas, exposiciones y trabajos grupales y la disposición que tiene el estudiante de participar en actividades académicas de su escuela profesional y universidad, con el objetivo de desarrollarse académicamente (Baños, 2020). Muchos estudiantes presentan problemas para gestionar su tiempo y tener compromiso académico ya que no utilizan herramientas para organizar sus actividades, ocasionando una escasa dedicación a los estudios y como consecuencia un bajo rendimiento o deserción académica.

Baños (2020) en su investigación titulada la gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de la universidad privada Norbert Wiener. La investigación estuvo enfocada en determinar la relación entre la gestión del tiempo y compromiso académico con enfoque cuantitativo, de tipo correlacional descriptivo. Utilizando 2 instrumentos: La escala de comportamiento de gestión del tiempo y la escala de compromiso académico. El estudio estuvo conformado por 157 damas y 52 varones, los resultados evidencian que ambas variables se correlacionan de manera positiva y estadísticamente significativa ( $Rho = .304, p = 001$ ), la dimensión vigor ( $Rho = .378, p = 001$ ) y absorción ( $Rho = .286, p = 001$ ). También, se halló que no existe correlación con la dimensión dedicación ( $Rho = .109, p = 117$ ). En conclusión, los estudiantes universitarios de psicología demuestran niveles moderados de gestión del tiempo (52%) y compromiso académico (55%).

Así también Cotrina y Amadeo (2020) en su investigación titulada; gestión del tiempo como factor predictor del rendimiento académico en adolescentes que estudian en la institución educativa “Dos de mayo”

Cajamarca, dicha investigación es de enfoque cuantitativo y tipo correlacional-transversal. Se utilizó el instrumento Time Management Behavior Scale (TMBS), que mide la gestión del tiempo, así mismo para medir el rendimiento académico se utilizó las notas de los estudiantes correspondientes al primer trimestre. Tal estudio estuvo conformado por 209 estudiantes, los hallazgos evidencian una correlación directa entre gestión del tiempo y rendimiento académico ( $R=0,664$ ). En conclusión, la gestión del tiempo si es un factor predictor del rendimiento académico, en una proporción de 44,1%, en los estudiantes del segundo al quinto grado de educación.

Ordoñez (2020) en su investigación titulada resiliencia y compromiso académico en estudiantes de una universidad de Quevedo. La investigación tiene enfoque cuantitativo y de tipo no experimental, transversal y correlacional, se utilizó la “Escala de resiliencia” (ER-14) para medir la resiliencia y la escala Engagement en el estudio en universitarios UWES-S 17 mide el compromiso académico, pero se utilizó la escala abreviada conformada por 9 ítems. El estudio estuvo conformado por 155 estudiantes de la Universidad de Quevedo, cuyas edades oscilaban entre los 18 a 24 años de edad, seleccionados mediante muestreo no probabilístico intencional. Los resultados evidencian que existe relación altamente significativa ( $Rho= 643$ ;  $p<.01$ ) entre resiliencia y compromiso académico en estudiantes de la Universidad de Quevedo. Además, se identificó que existe relación significativa ( $p =.001$ ) entre la dimensión competencia personal y las dimensiones vigor con ( $Rho=.532$ ), dedicación ( $Rho=.558$ ), y absorción ( $Rho=.533$ ), lo cual significa que, a mayor competencia personal, mayores puntajes entre Vigor, dedicación y absorción. En conclusión, la población de estudio presenta autoconfianza, decisión, independencia y perseverancia.

La gestión del tiempo es la expresión conductual de una serie de procesos internos vinculados con la autorregulación para que el individuo tenga probabilidades de alcanzar sus metas, y seguir sus objetivos en la medida que emplee tiempo en realizarlas (Kearns & Gardiner, 2007). Según Krause y Coates (2008) señalan que la capacidad de gestionar el tiempo promueve el éxito académico y que la constancia genera un hábito de un nuevo comportamiento, lo cual contribuye que el estudiante genere estrategias de aprendizaje.

Macan, Shahani, Dipboye y Phillips (1990) argumentan que tener una inadecuada gestión del tiempo y no darle prioridad a las actividades académicas o laborales son las principales fuentes de fatiga, tensión, agotamiento, y disminución del rendimiento académico. Así mismo, propone que las conductas para gestionar el tiempo no se hallan relacionadas con problemas psicológicos o somáticos, sino con la percepción del tiempo y las conductas de administrar el tiempo.

Macan et al (1990) plantea un modelo de gestión del tiempo donde se enfatiza la importancia de establecer metas y prioridades, mecanismos para cumplir tareas y preferencias por la desorganización. La escala establece 4 dimensiones. Establecer objetos y prioridades: evalúa la disposición del estudiante para establecer, objetivos y prioridades para la realización de actividades académicas. Esto lleva a la organización de su tiempo y lograr sus metas propuestas. Mecánica de gestión del tiempo planificación y programación: esta dimensión se encuentra asociada a la gestión eficaz del tiempo como emplear métodos de organización del tiempo como horarios, registro de actividades pendientes, utilización de agendas y otros. Preferencias de desorganización: vinculada como el estudiante aborda sus tareas y actividades y mostrando conductas ineficaces de gestión del tiempo tales como la improvisación, trabajo desordenado o la procrastinación. Percepción de control sobre el tiempo: esta dimensión aborda como el estudiante percibe su tiempo y como lo utiliza usando herramientas para una buena gestión del tiempo: establece objetivos y prioridades.

El compromiso académico forma parte de la actuación que tendrá el alumno dentro del entorno académico, de esta forma el compromiso, se refiere a la vinculación, la implicación, la pasión, el entusiasmo, el esfuerzo y la energía respecto a lo que el individuo hace (Casuso, 2011). El compromiso dentro del entorno académico, recibirá el nombre de “*engagement*” académico, cuya traducción más literal al español es de compromiso académico según Hinrichs, Ortiz, y Pérez (2016). Asimismo, este nuevo criterio se aproxima al entorno educativo, el cual hace alusión a la sensación de confort que muestra el alumno frente a los retos académicos (Parra & Pérez, 2010).

El engagement académico se apoya en la teoría social cognitiva de la autoeficacia de Albert Bandura, Siendo Schaufeli et al (2002) quienes elaboran la escala de Utrecht de Engagement Academic bajo los lineamientos teóricos de Bandura. Por su parte señala que las creencias de la autoeficacia se pueden aprender a incrementar o disminuir a través de 4 rutas principales. La primera ruta son las experiencias previas de autoeficacia: se refiere cuando la persona logra con frecuencia el éxito en sus actividades se incrementa la autoeficacia sin embargo cuando hay constantes fracasos se incrementa las expectativas negativas de autoeficacia. La segunda es experiencia vicaria: se produce cuando el observador percibe que personas a su alrededor realizan con éxitos ciertas actividades, entonces el observador cree que también puede tener éxito. La tercera ruta es la persuasión verbal: es la fuente de autoeficacia, solo necesitan un poco de confianza para poner su mayor esfuerzo y así conseguir el éxito. La última ruta es el estado fisiológico del individuo: posee indicadores de cansancio, dolores y pueden ser apreciados por los individuos como signos de incompetencia, el estado de ánimo es un papel muy importante.

Al principio los estudios de compromiso fueron en el área laboral, posteriormente este constructo fue ampliado e investigado en el área académica (Schaufeli & Bakker, 2003). Dentro de este estudio definen al compromiso como un elemento de motivación intrínseca que perciben los estudiantes, siendo esta motivación constante. Asimismo, señalan que existen 3 dimensiones las cuales son: vigor, dedicación y absorción. La primera dimensión es vigor: vinculado con la energía que tienen los estudiantes mientras estudian, siendo constante también cuando hay dificultades. La segunda dimensión es dedicación: asociado con el entusiasmo, la importancia y el orgullo relacionado con la carrera de estudio profesional. Finalmente, la dimensión absorción: asociada con la atención plena del estudiante, se parecía como el estado de felicidad, connotación de placer y motivación en las actividades académicas.

Por lo anteriormente expuesto se tiene como objetivo determinar la relación de la gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021. Los objetivos específicos procuran determinar la relación de la gestión del tiempo y las dimensiones de compromiso académico que son: vigor, dedicación y absorción.

## **Materiales y Métodos**

En el presente estudio se optó por un diseño no experimental de corte transversal; debido que no hay manipulaciones deliberadas de variables y los datos se recolectan en un solo momento, es de tipo correlacional, la cual tiene la finalidad de estudiar la relación entre las variables. Es decir, consiste en proporcionar la descripción de los hechos tal como se dan y correlacionar la variable A con la variable B y subvariables. Es de enfoque cuantitativo porque el instrumento usado proporcionara resultados numéricos las cuales serán procesados bajo esa índole (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

### ***Participantes***

Respecto a la población según Hernández, Fernández y Baptista (2014), consideran que una población es un conjunto finito o infinito de personas u objetos que tienen características comunes, siendo así la población de investigación los estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca. La población de investigación estará constituida por 979 estudiantes universitarios que oscilan entre las edades de 18 años a más. La muestra estuvo constituida por 217 estudiantes, los cuales fueron seleccionados a través del muestreo probabilístico estratificado. Donde se segmentará en 5 grupos de población de estudiantes de psicología tomando en cuenta varones y damas que están matriculados en el ciclo estudiantil 2021-1 siendo alumnos regulares y excluyendo a los alumnos irregulares.

Tabla 1

*Muestra de participantes*

Estrato por grupo	Año académico de estudiantes de psicología	Total, de población	Muestra
1	Primer Año	389	86
2	Segundo Año	257	57
3	Tercer Año	162	36
4	Cuarto Año	94	21
5	Quinto Año	77	17
Total		N= 979	n=217

### ***Instrumentos***

Para la recolección de datos se utilizó el instrumento Time Management Behavior Scale (TMBS) cuya autoría fue por Macan et al (1990), adaptado al español por García y Pérez (2012), llevando por título la Escala de Comportamiento de gestión del tiempo. Posee 34 ítems con una escala Likert con cinco opciones de respuesta que van del 1 al 5 tales como: 1=nunca, 2=pocas veces, 3=algunas veces, 4=habitualmente, 5=siempre. El instrumento consta de 4 dimensiones: Establecimiento de objetivos y prioridades, herramientas para la gestión del tiempo, percepción de control del tiempo, preferencias por la desorganización. Estas dimensiones están destinadas a evaluar la gestión del tiempo académico en alumnos de educación superior. Los valores de validez fueron hallados por análisis factorial exploratorio, en donde se evidencia que el 42,93% de la varianza representa al constructo y su grado de confiabilidad hallada por consistencia interna de coeficiente de alfa de por dimensiones, tales como: dimensión 1 obtuvo un alfa de 0.84, dimensión 2 obtuvo 0.79, dimensión 3 obtuvo 0.71 y la dimensión 4 obtuvo 0.72 siendo valores aceptados.

Así mismo, se utilizó el instrumento Utrecht Work Engagement Student (UWES) cuya autoría fue por Schaufeli y Bakker (2003) y validado en el contexto peruano por Moreno (2019), que lleva por título la Escala de Utrecht de Engagement Académico. Posee 17 ítems con una escala Likert con seis opciones de respuesta que van del 0 al 6 tales como: 0=nunca, 1=casi nunca, 2=algunas veces, 3=regularmente, 4=bastantes veces, 5=casi siempre, 6=siempre. El instrumento consta de 3 dimensiones: Vigor, dedicación y absorción. Destinados a identificar el compromiso académico y el funcionamiento óptimo de los estudiantes. Los valores de validez y confiabilidad por alfa de Cronbach se estimaron en un 95% de confianza y sus dimensiones, tales como: dedicación que obtuvo un estimado de .912, asimismo en la escala de vigor y absorción la confiabilidad fue de .793 y .772 calificado como aceptable.

En cuanto a la validez de contenido se obtuvo mediante el coeficiente de V de Aiken donde Ecurra (1988) menciona que los valores mayores o iguales a 0.80 se consideran válidos para la prueba. De esta manera fueron sometidos a evaluación mediante juicio de 5 expertos en el área, valorando la claridad, congruencia, contexto, dominio de constructo.

En la tabla 2 se muestra la validez de V de Aiken, donde se obtuvo un puntaje en el constructo total de 0,99 este resultado indica que el instrumento es válido para su uso en investigación. Respecto a las dimensiones, establecimiento de objetivos y prioridades alcanza un nivel de  $V=1$  este resultado indica que la dimensión es válida en cuanto a su contenido. Respecto a la dimensión herramientas para la gestión del tiempo esta obtiene un  $V=0.99$  este resultado indicaría que la dimensión es válida en cuanto a su contenido. Respecto a la dimensión percepción del control del tiempo alcanza un nivel de  $V=0.99$  este resultado indicaría que la dimensión es válida en cuanto a su contenido. Respecto a la dimensión preferencias por la desorganización alcanza un nivel de  $V=0.99$  este resultado indicaría que la dimensión es válida en cuanto a su contenido.

Tabla 2

*Validez de contenido para el instrumento Time Management Behavior Scale*

Dimensiones	Claridad	Congruencia	Contexto	Dominio de Constructo	V de aiken
Establecimiento de objetivos y prioridades	1	1	1	1	1
Herramientas para la gestión del tiempo	0.98	1	0.98	1	0.99
Percepción del control del tiempo	0.96	1	1	1	0.99
Preferencias por la desorganización	1	0.98	1	0.98	0.99
Total	0.985	0.994	0.995	0.99	0.99

En la tabla 3 se muestra la validez de V de Aiken, donde se obtuvo un puntaje en el constructo total de 0,99 este resultado indica que el instrumento es válido para su uso en investigación. Respecto a las dimensiones, vigor alcanza un nivel de V=1 este resultado indica que la dimensión es válida en cuanto a su contenido. Respecto a la dimensión dedicación esta obtiene un V=0.98 este resultado indicaría que la dimensión es válida en cuanto a su contenido. Respecto a la dimensión absorción alcanza un nivel de V=1 este resultado indicaría que la dimensión es válida en cuanto a su contenido.

Tabla 3

*Validez de contenido para el instrumento Utrecht Work Engagement Student*

Dimensiones	Claridad	Congruencia	Contexto	Dominio de Constructo	V de aiken
Vigor	1	1	1	1	1
Dedicación	0.96	1	0.96	1	0.98
Absorción	1	1	1	1	1
Total	0.99	1	0.99	1	0.99

En cuanto a la confiabilidad, se utilizó el Alpha de Cronbach: Un índice de consistencia interna con valores entre 0 y 1. Utilizando el SPSS se obtuvo la fiabilidad de los instrumentos.

En la tabla 4 se muestra los resultados del alfa de Cronbach siendo el resultado de ,867, lo cual indica que es recomendable su aplicación para este estudio; los resultados por dimensiones fueron ,838, para la dimensión establecimiento de objetivos y prioridades; ,868, para la dimensión herramientas para la gestión del tiempo; ,346, para la dimensión percepción del control del tiempo; ,617, para la dimensión preferencias por la desorganización.

Tabla 4

*Confiabilidad del instrumento Time Management Behavior Scale*

Dimensiones	Alpha	N° elementos
Establecimiento de objetivos y prioridades	,838	10
Herramientas para la gestión del tiempo	,868	11
Percepción del control del tiempo	,346	5
Preferencias por la desorganización	,617	8
General	,867	34

En la tabla 5 se muestra los resultados del alfa de Cronbach siendo el resultado de ,917, lo cual indica que es recomendable su aplicación para este estudio; los resultados por dimensiones fueron ,804, para la dimensión vigor; ,860, para la dimensión dedicación; ,765, para la dimensión absorción.

Tabla 5

*Confiabilidad del instrumento Utrecht Work Engagement Student*

Dimensiones	Alpha	N° elementos
Vigor	,804	6
Dedicación	,860	5
Absorción	,765	6
General	,917	17

**Análisis de datos**

Después de recolectar la información mediante el Google formulario, se utilizó el software SPSS en su versión 26. Seguidamente se hizo la fiabilidad de los instrumentos luego se extrajo los estadísticos de frecuencia respecto a los datos sociodemográficos, de la misma manera se obtienen tablas de frecuencia de personas que se sitúan en determinados niveles por cada variable de estudio. Para determinar el tipo de distribución de las variables, se hará uso de la prueba de Kolmogorov Smirnov; los resultados demuestran que las variables poseen una distribución no normal, luego se hizo la prueba de Rho de Spearman para determinar el índice de correlaciones entre las variables.

**Resultados y Discusión**

**Análisis descriptivo sociodemográfico**

En la tabla 6 se puede observar que la población estuvo conformada por 217 estudiantes. Respecto a la variable año académico, el 39,6% pertenece al primer; el 26,3% pertenece al segundo año; el 16,6% pertenece al tercer año; el 9,7% pertenece al cuarto año; el 7,8% pertenece al quinto año. En cuanto a la variable género, el 68,7% son damas y el 31,3% son varones. Por otra parte, en la variable edad fue de 18 años a más. Siguiendo con la variable condición laboral el 21,7% es dependiente; el 18,4 es independiente y el 59,9% aun no trabaja. Finalmente, en cuanto a la variable preferencias religiosas, 39.6% son adventistas; el 55,3% son de otras religiones y el 5,1% no es creyente.

Tabla 6

*Análisis sociodemográficos de la población de estudio*

		Frecuencia	Porcentaje
Año Académico	1	86	39,6%
	2	57	26,3%
	3	36	16,6%
	4	21	9,7%
	5	17	7,8%
Genero	Femenino	149	68,7%
	Masculino	68	31,3%
Edad		18 años a más	
Condición laboral	Dependiente	47	21,7%
	Independiente	40	18,4%
	Aun no trabaja	130	59,9%
Preferencia religiosa	Adventista	86	39,6%

Otros	120	55,3%
No creyente	11	5,1%

### **Análisis descriptivo**

En la tabla 7 se muestra los niveles de gestión del tiempo en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, donde se aprecia que el 73,3% de los estudiantes universitarios presentan un nivel de gestión del tiempo medio, el 14,7% de los estudiantes universitarios presentan un nivel Alto y solo un 12,0% presentan un nivel de gestión del tiempo bajo.

Tabla 7

*Nivel de Gestión del tiempo en estudiantes universitarios de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021.*

	Bajo		Medio		Alto		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Nivel de Gestión del tiempo	26	12,0	159	73,3	33	14,7	217	100,0

En la tabla 8 se muestra los niveles de compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, donde se aprecia que el 68,7% de los estudiantes universitarios presentan un nivel de gestión del tiempo medio, el 16,6% de los estudiantes universitarios presentan un nivel Alto y solo un 14,7% presentan un nivel de gestión del tiempo bajo.

Tabla 8

*Nivel de Compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021.*

	Bajo		Medio		Alto		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Nivel de Compromiso académico	32	14,7	149	68,7	36	16,6	217	100,0

### **Prueba de normalidad**

En la tabla 9, se observa las pruebas de normalidad para ambas variables, donde su nivel de sig. para la gestión del tiempo es 0,48 y para compromiso académico su nivel de sig. ,000. Entonces concluimos que provienen de una distribución no normal teniendo un  $p < 0.05$  para las dos variables. Estos datos demandan que las variables deben ser procesadas inferencialmente con estadísticos de correlación no paramétricos.



Tabla 11

*Estadísticos de correlación entre la variable gestión del tiempo y compromiso académico con sus respectivas dimensiones.*

	Gestión del tiempo	
	Rho	P
Gestión del Tiempo	,335**	,000
Vigor	,373*	,000
Dedicación	,231*	,000
Absorción	,287*	,000

Nota: (\*) Los coeficientes de correlación pueden ser interpretados a un 0,01 de confianza.

## Discusión

El objetivo general de esta investigación, fue determinar la relación entre la gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021. A partir del análisis estadístico permitió establecer la existencia de correlaciones positivas entre la variable gestión del tiempo con las dimensiones vigor, dedicación, absorción y la variable compromiso académico. Hallando entre nuestras dos variables de estudio un (Rho= ,335, p= ,000), existiendo una relación estadísticamente significativa; estos resultados coinciden con lo reportado en la literatura científica; por ejemplo, con la investigación de Baños (2020) quien también abordó la gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada en la ciudad de Lima, siendo sus resultados (Rho = ,304, p = 001), evidenciando asociaciones significativas entre ambas variables. Por otro lado, Cotrina y Amadeo (2020) en un estudio realizado en estudiantes de nivel secundario en la ciudad de Cajamarca, hallaron una correlación directa entre la gestión del tiempo y rendimiento académico la cual fue (r= ,664, p= ,000). En base a esto, se puede asumir que en la medida que los estudiantes asuman la responsabilidad de gestionar su tiempo tendrán mayor compromiso académico. Por lo tanto, uno de los factores de autorregulación es la gestión del tiempo. Si un estudiante no logra planificar y organizar bien su tiempo de estudio y dejar todo a último momento es probable que se presenten problemas de desmotivación, apatía para completar los trabajos o actividades, bajo rendimiento e incluso que abandone los estudios (Van Laer & Elen, 2017).

Asimismo, en cuanto al primer objetivo específico, referido a determinar la relación entre la gestión del tiempo y la dimensión vigor, se encontró un (Rho=,373; p= ,000) cuya intensidad de correlación es medio-baja, existiendo una relación estadísticamente significativa. Estos resultados coinciden con lo reportado en la literatura científica; por ejemplo, con la investigación de Baños (2020) sus resultados evidenciaron asociaciones entre la gestión de tiempo y la dimensión vigor (Rho = ,378, p = 001) donde se puede indicar que a mayor gestión del tiempo mayor vigor en los estudiantes universitarios. En base a esto se puede asumir que en la medida que los estudiantes tengan una mejor gestión del tiempo, entonces mayor será la energía y esfuerzo que invierta en las actividades académicas y la persistencia para afrontar dificultades académicas.

Con respecto al segundo objetivo específico, referido a determinar la relación entre la gestión del tiempo y la dimensión dedicación de compromiso académico, se encontró un (Rho=,231; p= ,000) cuya intensidad de correlación es medio-baja, existiendo una relación estadísticamente significativa. Asimismo, Ordoñez (2020) en su investigación encontró asociaciones entre la dimensión competencia personal y la dimensión dedicación de compromiso académico (Rho=.558; p=,001) hallando que la población de estudio presenta decisión, independencia y perseverancia. En base a esto se puede asumir que en la medida que los estudiantes tengan una mejor gestión del tiempo, entonces mayor será el compromiso, motivación e interés hacia las actividades académicas.

Por otro parte el tercer objetivo específico, referido a determinar la relación entre la gestión del tiempo y la dimensión absorción se encontró un ( $Rho=,287$ ;  $p= ,000$ ), encontrando una correlación medio-baja, estadísticamente significativa. Estos resultados coinciden con los resultados de la investigación de Baños (2020) donde se evidencian asociaciones entre la gestión de tiempo y la dimensión absorción ( $Rho = .286$ ,  $p = 001$ ). donde se puede indicar que a mayor gestión del tiempo mayor absorción en los estudiantes universitarios. Por lo cual en la medida que los estudiantes tengan una mayor gestión del tiempo, entonces mayor será la disposición, concentración, disfrute y satisfacción en el desarrollo de las actividades académicas.

Asimismo, otro aspecto relevante de los resultados encontrados en los estudiantes universitarios de psicología, demuestra que el 73,3% presenta un nivel medio de gestión del tiempo, de igual forma con respecto al compromiso académico el 68,7% un nivel medio. Considerando que los estudiantes universitarios de psicología se han adaptado el uso de aulas virtuales ya que esto requiere autorregulación por parte de los estudiantes, para que sean capaces de alcanzar el proceso de aprendizaje (Gros, 2018). Asimismo, el compromiso académico forma parte de la actuación que tendrá el alumno dentro del entorno académico, de esta forma el compromiso, se refiere a la vinculación, la implicación, la pasión, el entusiasmo, el esfuerzo y la energía respecto a lo que el individuo hace (Casuso, 2011). Por tanto, la gestión adecuada del estudio permite lograr buenos resultados y evitar momentos de agobio (Marchena et al. 2017).

Finalmente, la literatura científica da cuenta sobre la importancia, que la capacidad de gestionar el tiempo promueve el éxito académico y que la constancia genera un hábito de un nuevo comportamiento, lo cual contribuye que el estudiante genere estrategias de aprendizaje (Krause y Coates, 2008), por lo cual la gestión de tiempo permite que los estudiantes universitarios continúen con los retos que se presenten en la vida académica y más aún que nos encontramos utilizando aulas virtuales. En este sentido la gestión del tiempo es la expresión conductual de una serie de procesos internos vinculados con la autorregulación para que el individuo tenga probabilidades de alcanzar sus metas, y seguir sus objetivos en la medida que emplee tiempo en realizarlas (Kearns & Gardiner, 2007).

El estudio tuvo limitaciones ya que se consideró a estudiantes universitarios de una sola universidad de la ciudad de Juliaca, asimismo por su naturaleza (diseño transversal y alcance correlacional). En este sentido, se recomienda que los próximos estudios sean de carácter experimental o longitudinal; además, sería pertinente realizar investigaciones que analicen el compromiso académico con otras variables como motivación académica, rendimiento académico, estrés académico, autoeficacia.

Se concluye que en la medida que un estudiante universitario tome responsabilidad en su gestión del tiempo y su vida académica entonces mayor será el esfuerzo y la energía respecto a lo que el estudiante hace en su vida universitaria.

## Conclusiones

- Respecto al objetivo general, existe correlación directa y significativa ( $Rho= ,335$ ,  $p= ,000$ ) entre la gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021, dicho resultado es porque a mayor gestión del tiempo mayor compromiso académico. Por lo tanto, se acepta la hipótesis general.
- Respecto al primer objetivo específico existe una correlación medio-baja, estadísticamente significativa ( $Rho=,373$ ;  $p= ,000$ ) entre gestión del tiempo y la dimensión vigor de compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021. Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica.
- Respecto al segundo objetivo específico existe una correlación medio-baja, estadísticamente significativa ( $Rho=,231$ ;  $p= ,000$ ) entre gestión del tiempo y la dimensión dedicación de compromiso

académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021. Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica.

- Respecto al tercer objetivo específico existe una correlación medio-baja, estadísticamente significativa ( $Rho=,287$ ;  $p=,000$ ) entre gestión del tiempo y la dimensión dedicación de compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021. Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica.

## **Recomendaciones**

- Realizar investigaciones relacionadas a la gestión del tiempo y compromiso académico en otras poblaciones.
- Ejecutar programas de intervención para fortalecer la buena gestión del tiempo con el objetivo que el estudiante universitario tenga un mayor control sobre su tiempo y pueda aprovecharlo adecuadamente, contribuyendo al desarrollo académico
- Ejecutar programas de intervención para fortalecer la buena gestión del tiempo y el compromiso académico.
- Realizar investigaciones del constructo gestión del tiempo con otros constructos como motivación académica, rendimiento académico, estrés académico, autoeficacia.

## Referencias

- Analytics, P. (2017). *En Perú, el 27% de los ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en el primer año de estudios*. Obtenido de <https://www.analytics.cl/educacion/peru-27-los-ingresantes-universidades-privadas-abandonan-carrera-primer-ano-estudios/>
- Baños, J. (2020). Gestión del tiempo y compromiso académico en estudiantes de psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2019. Obtenido de <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/6828?show=full>
- Casuso Holgado, M. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. *Universidad de Málaga, Servicio de Publicaciones*. Obtenido de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/4926>
- Cotrina, M., & Sanchez, W. (2020). La gestión del tiempo como factor predictor del rendimiento académico de los estudiantes en la Institución Educativa “Dos de Mayo” de Cajamarca 2019. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1247>
- Escurre Mayaute, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista De Psicología*, 6(1-2), 103-111. Obtenido de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555>
- Ferreira, M., Avitabile, C., Botero, J., Haimovich Paz, F., & Urzúa, S. (2018). Momento decisivo: La educación superior en América Latina y el Caribe. Obtenido de <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/26489/211014ovSP.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- García, R., & Pérez, F. (2012). Spanish version of the time management behavior questionnaire for university students ( Versión en español del cuestionario de conducta en la gestión del tiempo para estudiantes universitarios ). *The spanish journal of psychology*, 15(3), 1485-1494. doi:doi:10.5209/rev\_sjop.2012.v15.n3.39432
- Gros, B. (2018). La evolución del e-learning: del aula virtual a la red. *Iboamericana de Educación a Distancia*, 21(2), 167-191. doi:<https://doi.org/10.5944/ried.21.2.20577>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación-Sexta edición. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hinrichs, C., Ortiz, L., & Perez, L. (2016). Relación entre el Bienestar Académico de Estudiantes de Kinesiología de una Universidad Tradicional de Chile y su percepción del Ambiente Educativo. Obtenido de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-50062016000100012&lng=en&nrm=iso&tlng=en](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062016000100012&lng=en&nrm=iso&tlng=en)
- Kearns, H., & Gardiner, M. (2007). Is it time well spent? The relationship between time management behaviours, perceived effectiveness and work-related morale and distress in a university context ( ¿Es tiempo bien gastado? La relación entre los comportamientos de gestión del tiempo ). *Higher Education Research & Development*. doi:<https://doi.org/10.1080/07294360701310839>
- Krause Lee, K., & Coates, H. (2008). Students' engagement in first-year university ( Participación de los estudiantes en la universidad de primer año ). *Assessment & Evaluation in Higher Education*. doi:<https://doi.org/10.1080/02602930701698892>
- Macan, T., Shahani, C., Dipboye, R., & Phillips, A. (1990). College students time management: Correlations with academic performance and stress. ( Gestión del tiempo de los estudiantes universitarios: correlaciones con el rendimiento académico y el estrés ). *Journal of educational psychology*, 82(4), 760-768. doi:10.1037/0022-0663.82.4.760
- Marchena, E., Hervias, F., Galo, C., & Rapp, C. (2017). Organiza tu tiempo de forma eficaz. 4. Obtenido de <https://sap.uca.es/wp-content/uploads/2017/03/Gu%C3%ADa-de-organizaci%C3%B3n-del-tiempo.pdf?u>
- Minedu. (2020). Minedu: 174 mil alumnos dejaron sus estudios universitarios este 2020. *Canal N*. Obtenido de <https://canaln.pe/actualidad/coronavirus-174-mil-alumnos-dejaron-sus-estudios-universitarios-este-ano-n425757>

- Moreno Navarro, V. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Utrecht de. Obtenido de [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/4782/1/RE\\_PSICOL\\_VIVIANA.MORENO\\_PROPIEDADES.PSICOM%C3%89TRICAS\\_DATOS.PDF](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/4782/1/RE_PSICOL_VIVIANA.MORENO_PROPIEDADES.PSICOM%C3%89TRICAS_DATOS.PDF)
- Ordoñez Morales, D. (2020). Resiliencia y compromiso académico en estudiantes de una universidad de Quevedo, 2020. *Universidad Cesar Vallejo - Repositorio digital institucional*. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47952>
- Organización de las Naciones Unidas. (2020). *ONU.Covid-19 y educación superior: Educación y ciencia como vacuna contra la pandemia. Impacto Académico*. Obtenido de <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/covid-19-y-educaci%C3%B3n-superior-educaci%C3%B3n-y-ciencia-como-vacuna-contra-la-pandemia>
- Palacio, J., Caballero, C., Gonzales, O., Gravini, M., & Contreras, K. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535-544. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a15.pdf>
- Parra, P., & Pérez, C. (2010). Propiedades psicométricas de la escala de comportamiento académico, UWES (versión abreviada), en estudiantes de psicología. *Revista Educativa Ciencias de Salud*, 7(2-9), 128-133. Obtenido de <http://www2.udec.cl/ofem/recs/anteriores/vol722010/artinv7210c.pdf>
- Schaufeli, W., & Bakker, A. (2003). Utrecht work engagement scale. *Holanda: Utrecht university*. Obtenido de [https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test\\_manual\\_UWES\\_English.pdf](https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_English.pdf)
- Schaufeli, W., Martínez, A., Marques, A., Salanova, M., & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology* ( Burnout y engagement en estudiantes universitarios: un estudio transnacional. *Diario de la Cruz* ). *Cultural Psychology*, 33, 464-481. Obtenido de <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0022022102033005003>
- Van Laer, S., & Elen, J. (2017). In search of attributes that support self-regulation in blended learning environments. *Education and Information Technologies*, 22(4), 1395-1454. doi:doi:<https://doi.org/10.1007/s10639-016-9505-x>



*Una Institución Adventista*

Lima, Ñaña, 24 de mayo de 2021

**EL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CONSTA**

Que el proyecto de investigación de **Daniel Eduardo Cahuana Cuti**, identificado con DNI No. **73935472**, su asesora **Rosa María Alfaro Vásquez**, identificada con DNI No. **07885249**, con el título: **"Gestión del tiempo como factor predictor del compromiso académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021"** fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión, considerando su calidad científica, consideración del bienestar de sus participantes, y conformidad con los estándares de la ética establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión.

Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

- 1) Cada participante debe dar consentimiento informado. En el caso de menores de edad, por lo menos uno de sus padres o guardianes debe registrar su consentimiento informado y el menor de edad debe registrar su asentimiento informado.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número 2021-CE-FCS - UPeU-00216.



  
Mg. María Magdalena Díaz Orihuela  
Presidente  
Comité de Ética de Investigación



  
Ps. Cristian Adriano Rengifo  
Secretario  
Comité de Ética de Investigación

**INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

El presente instrumento tiene como finalidad evaluar la gestión del tiempo en estudiantes universitarios de las edades de 17 años a más de una universidad privada de la ciudad de Juliaca, quienes constituyen la muestra en el estudio titulado: **Gestión del tiempo como factor predictor del compromiso académico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Juliaca, 2021**

**Instrucciones para validar el instrumento**

La evaluación de este instrumento requiere de la lectura detallada y completa en cada uno de los ítems propuestos, a fin de cotejarlos de manera cualitativa con los criterios propuestos relativos a: **relevancia o congruencia con el contenido, claridad en la redacción, adecuación contextual y dominio del contenido**. Para ello, deberá marcar una "X" en los casilleros (SI/NO) según el test cumpla con los criterios de validez. Para tal efecto, detallamos los conceptos por cada criterio de validez de contenido:

- Claridad: El ítem se entiende sin dificultad
- Congruencia: El ítem es coherente con el constructo
- Contexto: El ítem es apropiado para aplicar a la población objetivo
- Dominio del constructo: El ítem pertenece a la dimensión que se propone

Datos del juez:

Juez N°: \_\_\_\_\_ Fecha actual: 04/05/2021

Nombres y Apellidos del Juez: RONNY NILS CATAORA VILLANUEVA

Institución donde labora: UGEL TACNA

Años de experiencia profesional o científica: 9 AÑOS

Grado académico más alto: BACHILLER

  
**RONNY N. CATAORA VILLANUEVA**  
PSICOLOGO  
C.Ps.P. 26120

Firma del Juez.

# Gestión del tiempo y Compromiso Académico en estudiantes Universitarios

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Un buen día estimado(a), mi nombre es Daniel Eduardo Cahuana Cuti, egresado de la escuela profesional de Psicología de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión. A continuación, encontraras dos cuestionarios que tienen como propósito evaluar la gestión del tiempo y Compromiso Académico. Dicha información nos ayudara a cumplir con los propósitos de nuestra investigación. Su participación será de carácter anónimo, se mantendrá la confidencialidad, y se utilizará la información solo para fines de investigación. Su participación es totalmente voluntaria y no es obligatoria. Si decide participar en este estudio, agradecemos su participación.

Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede escribirme a:

[danielcahuana@upeu.edu.pe](mailto:danielcahuana@upeu.edu.pe)

\*Obligatorio

¿Está usted de acuerdo en participar en el estudio? \*

Sí

No

Siguiente

**Time Management Behavior Scale (TMBS)**  
**Escala de Comportamiento de Gestión del Tiempo**  
**García y Pérez (2012)**

A continuación, se te presenta un cuestionario, el cual debes de responder con total honestidad de acuerdo a la forma en que las afirmaciones te describen de acuerdo al desarrollo de actividades y experiencia en relación con tus estudios.

(1) nunca (2) pocas veces (3) algunas veces (4) habitualmente (5) siempre

1	Cuando decido qué es lo que voy a intentar conseguir a corto plazo, tengo en cuenta también mis objetivos a largo plazo.	1	2	3	4	5
2	Cuando hago una lista de cosas a realizar, al final del día se me ha olvidado o la he dejado de lado.	1	2	3	4	5
3	Llevo una libreta para apuntar notas e ideas.	1	2	3	4	5
4	Llevo una libreta para apuntar notas e ideas.	1	2	3	4	5
5	Repaso mis objetivos para determinar si debo hacer cambios.	1	2	3	4	5
6	Organizo mis actividades con al menos una semana de anticipación.	1	2	3	4	5
7	Divido proyectos complejos y difíciles en pequeñas tareas más manejables.	1	2	3	4	5
8	Divido proyectos complejos y difíciles en pequeñas tareas más manejables.	1	2	3	4	5
9	Establezco objetivos a corto plazo para lo que quiero conseguir en pocos días o semanas.	1	2	3	4	5
10	Tengo la sensación de controlar mi tiempo.	1	2	3	4	5
11	Cuando observo que contacto frecuentemente con alguien, apunto su nombre, dirección y número de teléfono en un lugar especial.	1	2	3	4	5
12	Puedo encontrar las cosas que necesito más fácilmente cuando mi lugar de trabajo está "patas arriba" y desordenado que cuando está ordenado y organizado.	1	2	3	4	5
13	Marco fechas límite cuando me propongo realizar una tarea.	1	2	3	4	5
14	Escribo notas para recordar lo que necesito hacer.	1	2	3	4	5
15	Tengo que emplear mucho tiempo en tareas sin importancia.	1	2	3	4	5
16	El tiempo que empleo en gestionar el tiempo y organizar mi jornada de trabajo es tiempo perdido.	1	2	3	4	5
17	Busco maneras de incrementar la eficacia con que realizo las actividades en mi trabajo.	1	2	3	4	5
18	Hago una lista de cosas que hacer cada día y pongo una señal al lado cuando la he cumplido.	1	2	3	4	5

19	Encuentro difícil mantener un horario porque los demás me apartan de mi trabajo.	1	2	3	4	5
20	Mis jornadas de trabajo son demasiado impredecibles para planificar y gestionar mi tiempo.	1	2	3	4	5
21	Termino tareas de alta prioridad antes de realizar las menos importantes.	1	2	3	4	5
22	Llevo una agenda conmigo.	1	2	3	4	5
23	Cuando estoy desorganizado soy más capaz de adaptarme a acontecimientos inesperados.	1	2	3	4	5
24	Repaso mis actividades diarias para ver donde pierdo el tiempo.	1	2	3	4	5
25	Mantengo un diario de las actividades realizadas.	1	2	3	4	5
26	Tengo algunas de mis ideas más creativas cuando estoy desorganizado.	1	2	3	4	5
27	Durante un día de trabajo evalúo si estoy cumpliendo con el horario que he pre-establecido	1	2	3	4	5
28	Utilizo un sistema de bandejas para organizar la información.	1	2	3	4	5
29	Me doy cuenta de que estoy aplazando las tareas que no me gustan pero que son necesarias	1	2	3	4	5
30	Noto que puedo hacer un mejor trabajo si aplazo las tareas que no me gustan en lugar de intentar de hacerlas por orden de importancia.	1	2	3	4	5
31	Establezco prioridades para determinar en qué orden haré las tareas cada día.	1	2	3	4	5
32	Si sé que voy a tener que esperar un tiempo, preparo alguna tarea para realizar mientras tanto.	1	2	3	4	5
33	Establezco bloques de tiempo en mis horarios para actividades que hago habitualmente (compras, ocio, navegar por la web).	1	2	3	4	5
34	Encuentro lugares para trabajar donde puedo evitar interrupciones y distracciones.	1	2	3	4	5

### Utrecht Work Engagement Student-Scale (UWE-S)

#### Escala de compromiso académico (UWES-S)

Las siguientes preguntas se refieren a los sentimientos de las personas en el trabajo. Por favor, lea cuidadosamente cada pregunta y decida si se ha sentido de esta forma. Si nunca se ha sentido así conteste '0' (cero), y en caso contrario indique cuántas veces se ha sentido así teniendo en cuenta el número que aparece en la siguiente escala de respuesta (de 1 a 6).

(0) Nunca, (1) Casi Nunca, (2) Algunas Veces, (3) Regularmente, (4) Bastantes Veces, (5) Casi Siempre, (6) Siempre.

1	Mis tareas como estudiante me hacen sentir lleno de energía.	0	1	2	3	4	5	6
2	Creo que mi carrera tiene significado.	0	1	2	3	4	5	6
3	El tiempo "pasa volando" cuando realizo mis tareas como estudiante.	0	1	2	3	4	5	6
4	Me siento fuerte y vigoroso cuando estoy estudiando o voy a las clases.	0	1	2	3	4	5	6
5	Estoy entusiasmado con mi carrera.	0	1	2	3	4	5	6
6	Olvido todo lo que pasa alrededor de mí cuando estoy abstraído con mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
7	Mis estudios me inspiran cosas nuevas.	0	1	2	3	4	5	6
8	Cuando me levanto por la mañana me apetece ir a clase o estudiar.	0	1	2	3	4	5	6
9	Soy feliz cuando estoy haciendo tareas relacionadas con mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
10	Estoy orgulloso de hacer esta carrera.	0	1	2	3	4	5	6
11	Estoy inmerso en mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
12	Puedo seguir estudiando durante largos periodos de tiempo.	0	1	2	3	4	5	6
13	Mi carrera es retadora para mí.	0	1	2	3	4	5	6
14	Me "dejo llevar" cuando realizo mis tareas como estudiante.	0	1	2	3	4	5	6
15	Soy muy "resistente" para afrontar mis tareas como estudiante.	0	1	2	3	4	5	6
16	Es difícil para mí separarme de mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
17	En mis tareas como estudiante no paro incluso si no me encuentro bien.	0	1	2	3	4	5	6