

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

Unidad de Posgrado de Educación



**Cansancio emocional y satisfacción con los estudios como  
predictores de la procrastinación académica en universitarios  
de Juliaca**

Tesis para obtener el Grado Académico de Maestro en Educación con mención  
en Investigación y Docencia Universitaria

**Autor:**

Carlos Santiago calderón Mera

**Asesor:**

Dr. Edison Josué Turpo Chaparro

Lima, agosto 2023

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Edison Josué Turpo Chaparro, docente de la Unidad de Posgrado de Educación, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“CANSANCIO EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN CON LOS ESTUDIOS COMO PREDICTORES DE LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN UNIVERSITARIOS DE JULIACA”** del autor Carlos Santiago Calderón Mera, tiene un índice de similitud de 15 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 17 días del mes de agosto del año 2023.



---

Dr. Edison Josué Turpo Chaparro

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE MAESTRO(A)

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a ..... 14 ..... del mes de ..... agosto ..... del año ..... 2023 ..... , siendo las ..... 10:00 a.m. ...., se reunieron en la modalidad online sincrónica, bajo la dirección del Señor Presidente del Jurado ..... Mg. Carlos Daniel Corrales Ruiz ..... el secretario: ..... Mg. Carlos Daniel Abanto Ramírez ..... , los demás miembros: ..... Mg. Denis Frank Cunza Aranzábal y Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban ..... y el asesor: ..... Dr. Josue Edison Turpo Chaparro ..... , con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de Tesis de Maestro(a) titulada: "Cansancio emocional y la satisfacción con los estudios como predictores de la procrastinación Académica en universitarios de Juliaca"

..... del Bachiller/Licenciado (a)/Maestro  
..... Carlos Santiago Calderón Mera .....  
..... Conducente a la obtención del Grado Académico de Doctor en:  
..... Educación

(Nomenclatura del Grado Académico)

..... con Mención en ..... Investigación y Docencia Universitaria

..... El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al candidato hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del Jurado a efectuar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes, los cuales fueron absueltos por el candidato. 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:

Bachiller/Licenciado (a)/Magister: ..... Carlos Santiago Calderón Mera

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B+	Con nominación de Muy Bueno	Sobresaliente

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del Jurado invitó al candidato a ponerse de pie, para recibir la evaluación final. Además, el Presidente del Jurado concluyó el acto académico de sustentación, procediéndose a registrar las firmas respectivas.

\_\_\_\_\_  
Presidente

\_\_\_\_\_  
Secretario

\_\_\_\_\_  
Asesor

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Bachiller/Licenciado(a)

## Índice de contenido

Resumen .....	1
Abstract .....	2
Introducción .....	3
Método .....	6
Resultados.....	8
Discusión .....	11

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Características de los participantes .....	8
<b>Tabla 2.</b> Análisis descriptivos de las variables.....	9
<b>Tabla 3.</b> Coeficientes de correlación entre cansancio emocional, satisfacción con los estudios y procrastinación académica .....	10
<b>Tabla 4.</b> Predictores de la procrastinación académica en universitarios.....	10

# **Cansancio emocional y satisfacción con los estudios como predictores de la procrastinación académica en universitarios de Juliaca**

**Carlos Calderón Mera,**

Universidad Peruana Unión, Perú

## **Resumen**

El objetivo de la presente investigación fue determinar si el cansancio emocional y la satisfacción con los estudios predicen la procrastinación académica en universitarios de Juliaca. Estudio de diseño predictivo transversal donde participaron de 710 estudiantes universitarios de la ciudad de Juliaca, ambos sexos (40,3% varones y 59,7% mujeres) cuyas edades estaban comprendidas entre 17 y 36 años ( $M = 21,30$  y  $DS = 2,84$ ). Para la medición de las variables, se empleó; la escala de cansancio emocional (ECE), escala de satisfacción con los estudios (EBSE) y la escala de procrastinación académica (EPA). Los resultados de análisis de regresión lineal múltiple arrojaron que el cansancio emocional y la satisfacción con los estudios predicen significativamente el 30% de la variable procrastinación académica.

**Palabras clave:** cansancio emocional, satisfacción con los estudios, procrastinación académica, universitarios, Perú.

## **Emotional exhaustion and satisfaction with studies as predictors of academic procrastination in university students from Juliaca**

### **Abstract**

The objective of this research was to determine if emotional exhaustion and satisfaction with studies predict academic procrastination in university students from Juliaca. Cross-sectional predictive design study involving 710 university students from the city of Juliaca, both sexes (40.3% men and 59.7% women) whose ages were children between 17 and 36 years old ( $M = 21.30$  and  $SD = 2.84$ ). For the measurement of the variables, it was used; the emotional exhaustion scale (ECE), the satisfaction with studies scale (EBSE) and the academic procrastination scale (EPA). The results of multiple linear regression analysis showed that emotional exhaustion and satisfaction with studies significantly predict 30% of the academic procrastination variable.

**Keywords:** emotional exhaustion, satisfaction with studies, academic procrastination, university students, Peru.

## Introducción

Debido a la pandemia por la COVID-19, la Organización de la Salud exhortó a los países a tomar medidas que puedan hacer frente a la ola de contagios (Chen & Eyoum, 2021), en ese sentido en el Perú se decretó medidas de aislamiento social y cuarentenas, entre otras. Obligando así a la suspensión de clases presenciales en los colegios y universidades (Al-Azzam et al., 2020) y la educación presencial pasó a una enseñanza virtual (Elsalem et al., 2020).

Las medidas impuestas a la humanidad vulneraron la salud mental y el bienestar (Kokkinos et al., 2022), afectando los estilos de vida, las aptitudes y actitudes (Gao et al., 2021) sobre todo en el ámbito universitario; tal es el caso del cansancio emocional, satisfacción con los estudios y la procrastinación académica.

El cansancio emocional es definido como sentimientos de agotamiento emocional y de fatiga extrema como resultado de las excesivas demandas que se le impone a una persona (Donahue et al., 2012). Por otro lado, la satisfacción con los estudios es la evaluación subjetiva del cumplimiento de las metas y expectativas del estudiante (Karabatak et al., 2020). Puede entenderse como un constructo muy válido para medir y evaluar el bienestar de los estudiantes (Ravina-Ripoll et al., 2021). Asimismo, la procrastinación académica se refiere a la demora voluntaria de una acción prevista relacionada con el estudio (Scheunemann et al., 2021). La procrastinación académica se define como un retraso irracional en la realización de tareas académicas requerido de los estudiantes (Özer et al., 2009).

Se han desarrollado diversos estudios como el estudio de Niazov et al. (2021) donde los estudiantes con discapacidades de aprendizaje experimentan mayores niveles de procrastinación académica. Liu et al. (2020) reportaron que el autocontrol se muestra como un mediador entre la autoeficacia académica y la procrastinación académica especialmente en mujeres estudiantes de posgrado. Hernández et al.

(2020) reportaron que la baja autoestima se asocia con la procrastinación en estudiantes universitarios peruanos.

Diversos estudios han analizado las variables estudiadas en esta investigación. Esbati y Korunka (2021) analizaron los efectos de los conflictos de relación en el cansancio emocional encontrando que los conflictos de relación se relacionan positivamente en el agotamiento emocional y negativamente con el compromiso laboral. Werang et al. (2021) encontraron que el agotamiento emocional se relaciona negativamente con el compromiso organizacional. Skaalvik (2020) a través del análisis SEM encontraron que la autoeficacia para el liderazgo educativo se relacionó negativamente con el cansancio emocional. Lim et al. (2020) reportaron que la supervisión abusiva a través del cansancio emocional se relacionaba cuando los niveles de compromiso organizacional eran bajos.

Por otro lado, los estudios sobre satisfacción con los estudios muestran en 10092 estudiantes de 10 países revelando que la calidad del aprendizaje en línea se derivó de la calidad del servicio, el papel del docente lo que generaba satisfacción con los estudios. Un estudio similar en 2835 estudiantes reportaron que las puntuaciones bajas de satisfacción académica se asociaban fuertemente con la depresión mientras que las puntuaciones altas se asociaban con el bienestar psicológico (Franzen et al., 2021). Otro reporte mostró que la educación a distancia basado en las tareas, cambio las actitudes hacia la satisfacción con los estudios de los estudiantes (Karabatak et al., 2020). Un estudio sobre 397 estudiantes españoles mostró que la satisfacción con los estudios, el clima y el compromiso son variables que evalúan la felicidad del estudiante. Investigaciones internacionales mostraron que las mujeres poseían niveles más bajos de bienestar y satisfacción con los estudios. Así como, el contacto social y el bienestar estuvieron mediadas por la satisfacción con los estudios y el conocimiento de COVID-19 (Erden et al., 2021). Finalmente, estudios similares muestran que los

estudiantes están poco satisfechos con la institución y que el promedio de satisfacción es diferente en relación a los cursos y ejes tecnológicos (Walter et al., 2020).

Con respecto a la variable procrastinación académica, los estudios confirman en 356 trabajadores que la percepción de control de tiempo mantiene un efecto sobre el cansancio emocional y que las tendencias de procrastinación moderan la percepción de control (Roster & Ferrari, 2020). Asimismo, estudios en ambientes académicos mostraron que la procrastinación se relaciona negativamente con el éxito académico y que tanto la motivación, como la autoestima determinan la procrastinación (Osiurak et al., 2015). Otro estudio en 330 estudiantes universitarios reportaron que las conductas de procrastinación académica de los estudiantes son predecibles a través de rasgos personales, estilos atribucionales y percepciones de autoeficacia académica (Kandem, 2014). Reportes en 1770 universitarios reportaron que los estudiantes con un alto nivel de motivación académica tienen un alto nivel de satisfacción con la vida y un bajo nivel de procrastinación (Güdül et al., 2021). En un estudio sobre predictores de la procrastinación en 255 estudiantes se reportó que los estilos de afrontamiento como la evitación, la autoeficacia y el dominio del idioma inglés fueron predictores significativos de la procrastinación académica (Lowinger et al., 2016).

Finalmente, en el estudio de Arias-Chávez et al. (2020) encontraron que existe una relación entre autoeficacia y procrastinación en estudiantes universitarios. En suma, es de real importancia realizar investigaciones en población universitaria mayor aun en un entorno post pandemia. Asimismo, la investigación es significativa y trascendental pues permitirá obtener hallazgos significativos de los predictores de la procrastinación académica en universitarios de la ciudad de Juliaca. Estos hallazgos, contribuirán con el desarrollo de investigaciones y el conocimiento científico a fin de ser referencia para otros estudios y la comunidad académica. A nivel teórico, permite analizar los fundamentos de Deci y Ryan (1985) que sirven para probar un modelo

teórico sobre autodeterminación en estudiantes universitarios en el que variables latentes en el contexto universitario como la procrastinación académica sea explicada en función del cansancio emocional y la satisfacción con los estudios. Finalmente, contribuye como un aval para las decisiones de la organización o consorcio (administradores y directivos) a fin de promover investigaciones como también el desarrollo de charlas, talleres y programas que contribuyan con el desarrollo de los universitarios.

### **Objetivo general**

Determinar si el cansancio emocional y la satisfacción con los estudios predicen la procrastinación académica en universitarios de Juliaca.

### **Método**

Estudio de diseño predictivo transversal (Ato et al., 2013) porque se analizó la capacidad predictiva del cansancio emocional y la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en un grupo de estudiantes universitarios de la ciudad de Juliaca.

### **Participantes**

A través de un muestreo no probabilístico, se buscó la participación voluntaria de 710 estudiantes universitarios de la ciudad de Juliaca. El 59,7% eran mujeres cuyas edades oscilaban entre 17 y 36 años ( $M = 21,30$  y  $DS = 2,84$ ).

## **Instrumentos**

Escala de Cansancio Emocional (ECE) diseñada por Ramos et al. (2005) y validada en población universitaria peruana por Dominguez-Lara (2014). Presenta 10 enunciados con opciones de respuesta tipo Likert: 1 = Raras veces, 2 = Pocas veces, 3 = Algunas veces, 4 = Con frecuencia y 5 = Siempre. La escala demostró ser válida (KMO = .91, prueba de esfericidad de Bartlett  $p < 0.01$ ) y confiable ( $\alpha = .85$ ).

Escala de satisfacción con los estudios (EBSE), propuesta por Merino-Soto et al. (2017) para universitarios peruanos. Compuesta por 5 ítems, con opciones de respuesta tipo Likert, que van desde: 1 = muy en desacuerdo hasta 5 = Muy de acuerdo. La EBSE ha demostrado ser válida (CFI=0,92, GFI=0,99 y RMSR=0,053) y confiable ( $\alpha = .78$ ).

Escala de procrastinación académica (EPA) validada por Dominguez et al., (2014) para universitarios peruanos, tiene 12 ítems, con opciones de respuesta tipo Likert: 1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = algunas veces, 4 = casi siempre y 5 = siempre. La escala es válida (CFI = 1, GFI = .97 y RMSEA = .078) y confiable ( $\alpha = .81$ ).

## **Procedimiento**

A través de la plataforma virtual de Google forms, se diseñó un cuestionario el cual fue socializado a través de grupos WhatsApp y Facebook de los estudiantes universitarios. En la primera parte del cuestionario en línea, se presentó el objetivo del estudio, se solicitó la aprobación del consentimiento informado, se motivó a una participación voluntaria de carácter anónimo y que la información recolectada solo sirve para investigativos.

## Análisis de Datos

En primera instancia, se calculó la media, desviación estándar, asimetría y curtosis. En segunda instancia, se analizó un análisis de correlación y por último un análisis de regresión lineal múltiple. Los datos fueron a analizados a través del programa estadístico IBM SPSS para Windows versión 25.0.

## Aspectos éticos

El estudio fue aprobado por el Comité de ética de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Union (Referencia: CE-EPG-000037), además se consideró la participación voluntaria y anónima.

## Resultados

### *Datos sociodemográficos*

La Tabla 1, muestra características demográficas de los estudiantes universitarios participantes; el 59,7% era del sexo femenino, las edades del 64,2% de universitarios estaban entre 17 y 36 años y el 74,1% cursa estudios en la facultad de ciencias humanas y educación

**Tabla 1.**

*Características de los participantes*

Características		n	%
Sexo	Masculino	286	40,3
	Femenino	424	59,7
Edad	17 – 21 años	456	64,2
	22 – 36 años	254	35,8

Facultad	Ciencias de la salud	94	13,2
	Ciencias empresariales	59	8,3
	Ciencias humanas	31	4,4
	Ingeniería y arquitectura	526	74,1

### Estadísticos descriptivos

En la Tabla 2, se observa el cálculo de la media desviación estándar, asimetría y curtosis. Los coeficientes de asimetría y curtosis se encuentran por debajo del valor  $\pm 1.5$  (Pérez & Medrano, 2010).

**Tabla 2.**

*Análisis descriptivos de las variables*

	Cansancio emocional	Satisfacción con los estudios	Procrastinación académica
Media	28,52	10.02	29,80
Desviación estándar	8,34	2,52	6,19
Asimetría	,240	-.438	,143
Curtosis	-.065	,294	,719

### Análisis de correlación

El coeficiente de correlación de Pearson, muestra que existe relación inversa estadísticamente significativa entre cansancio emocional, satisfacción con los estudios y procrastinación académica ( $p < .01$ ), asimismo se evidencia un tamaño del efecto pequeño y mediano (Tabla 3).

**Tabla 3.**

*Coefficientes de correlación entre cansancio emocional, satisfacción con los estudios y procrastinación académica.*

	Cansancio emocional	Satisfacción con los estudios	Procrastinación académica
Cansancio emocional	1		
Satisfacción con los estudios	,225**	1	
Procrastinación académica	-,544**	-,280**	1

\*\* La correlación es significativa a nivel 0.01

### **Análisis predictivo**

El análisis de regresión lineal múltiple (Tabla 4); muestra un ajuste adecuado del modelo (Prueba F = 152,779;  $p < .001$ ), donde las variables predictoras tales como el cansancio emocional ( $\beta = ,079$ ,  $p < .01$ ) y la satisfacción con los estudios ( $\beta = -,522$ ,  $p < .01$ ), predicen significativamente el 30% de la variable procrastinación académica (variable de criterio) en estudiantes universitarios ( $R^2$  ajustado = .30). Asimismo, los valores t de los coeficientes de regresión beta de las variables predictoras son altamente significativas ( $p < 0.01$ ).

**Tabla 4.**

*Predictores de la procrastinación académica en universitarios.*

Predictores	B	EE	$\beta$	t	p
(Constante)	40,975	1,216		33,686	,000
Cansancio emocional	,058	,024	,079	2,406	,016
Satisfacción con los estudios	-1,282	,080	-,522	-15,946	,000

Nota: Variable dependiente = Procrastinación académica (Prueba F = 152,779,  $p < .001$ ;  $R^2$  ajustado = .300), B = Coeficiente no estandarizado, EE = Error estándar,  $\beta$  = Coeficiente de regresión estandarizado.

## Discusión

La procrastinación es un fenómeno extremadamente frecuente y se estima que entre el 80% y el 95% de estudiantes universitarios procrastinan (Steel, 2007) y se descubrió que los estudiantes procrastinaban más a menudo cuando escribían trabajos de investigación (Özer et al., 2009). Diversos investigadores han encontrado diversos factores que contribuyen a la procrastinación académica, desde factores emocionales (Burka & Yuen, 1983) y factores relacionados al miedo al fracaso (Solomon & Rothblum, 1984). En Perú, son pocas las investigaciones donde se haya evaluado la procrastinación (Mejía et al., 2018). En este sentido, el objetivo de esta investigación fue determinar si el cansancio emocional y la satisfacción con los estudios predicen la procrastinación académica en universitarios de Juliaca. Los hallazgos encontrados en esta investigación muestran que tanto el cansancio emocional como la satisfacción con los estudios predicen significativamente la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Esto significa que cuando los estudiantes experimentan agotamiento emocional y niveles bajos de satisfacción académica tienen a aumentar sus niveles de procrastinación. Este resultado es acorde a lo reportado por Güdül et al. (2021) quienes reportaron en 1770 estudiantes universitarios que aquellos con niveles altos de satisfacción reportaban niveles bajos de procrastinación académica. Asimismo, Onwuegbuzie (2004) destacó que las emociones juegan un rol predictor frente a la procrastinación. El cansancio emocional tiende a disminuir la motivación e incrementan la procrastinación (Flores Bravo, 2022). En este sentido, los estados emocionales que afectan al estudiante mantienen un efecto sobre la conducta de procrastinación (López-López et al., 2020). Selçuk et al. (2021) confirmó en relación a la satisfacción académica, que los estudiantes que pertenecen a un ambiente de aprendizaje estructurado tienden a reportar niveles más altos de competencia y es menos probable que procrastinen. Son diversos los estudios que muestran que los estudiantes con puntajes altos en satisfacción con la

vida académica tienden a desempeñarse menor y los que manifiestan menores puntajes mantienen niveles altos de procrastinación académica (Balkis, 2013).

Estudios en contexto peruano en 148 estudiantes encontraron que la satisfacción con los estudios no influye sobre la procrastinación académica (Dominguez-Lara & Campos-Uscanga, 2017) o que representa que para un estudiante, el tener satisfacción en su forma de estudiar o rendimiento no influye en el cumplimiento o no de las tareas asignadas.

Bajo la teoría de la autodeterminación de Black y Deci (2000) se sugiere que los comportamientos varían en el grado en que son autónomos o controlados. Basado en el pensamiento de Ryan y Deci (2011) los estudiantes que mantienen niveles adecuados de control y motivación y que podrían ser afectados por las emociones y la satisfacción esto tendrían un efecto en su procrastinación. Bajo la teoría social cognitiva (Lent & Brown, 2006) la percepción de no avanzar en las metas conduce a la insatisfacción. En este sentido, los estudiantes procrastinadores mantienen dificultades en mantener un comportamiento orientado hacia los objetivos y podría conducir a una menor satisfacción con los estudios (Scheunemann et al., 2021).

Entre las implicancias prácticas de esta investigación se encuentra la necesidad de identificar los comportamientos de cansancio emocional y programas que mejoren los niveles de satisfacción con los estudios, entendiendo que la procrastinación dificulta el estudio a través de la acumulación de tareas lo que podría resultar en una prolongación en la duración de los estudios. Por ello, la baja satisfacción con el estudio podría conducir a un comportamiento procrastinador. Grunschel et al. (2013) encontraron un tipo específico de procrastinador académico descontento con los estudios, lo que muestra que la insatisfacción con los estudios está relacionada con la procrastinación posterior. Por ello, es importante reconocer estas variables en los estudiantes y ayudarlos en su respectivo control.

Esta investigación no está exenta de limitaciones. Primero que, a pesar de tener una muestra relativamente importante, sin embargo, solo representa información de una zona geográfica peruana, por lo que es necesario desarrollar estudios similares en otras regiones del Perú. Segundo que, al tratarse de un autoinforme, es probable que surgieran sesgos debido a alguna motivación particular de parte de los encuestados. Asimismo, la toma de datos fue online, lo que podría tener diferencias con el formato presencial. Finalmente, al tratarse de estudios de naturaleza transeccional, y entendiendo que la procrastinación es un fenómeno no de un momento sino en el tiempo, es importante desarrollar estudios longitudinales que respondan la manifestación del constructo en el transcurso del tiempo.

A pesar de estas limitaciones, consideramos esta investigación como un aporte significativo a la literatura ya que analiza los factores predictores de la procrastinación académica. Concluimos que el Cansancio emocional y la satisfacción con los estudios predicen la procrastinación académica en estudiantes universitarios de Juliaca.

## Referencias

- Al-Azzam, N., Elsalem, L., & Gombedza, F. (2020). A cross-sectional study to determine factors affecting dental and medical students' preference for virtual learning during the COVID-19 outbreak. *Heliyon*, *6*(12), e05704. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05704>
- Arias-Chávez, D., Ramos-Quispe, T., Villalba-Condori, K. O., & Cangalaya-Sevillano, L. M. (2020). Self-efficacy and academic procrastination: A study conducted in university students of Metropolitan Lima. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, *11*(10), 374–390.
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, *29*(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Balkis, M. (2013). Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational belief about studying. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, *13*(1), 57–74. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/academic-procrastination-life-satisfaction/docview/1439087216/se-2?accountid=28391>
- Black, A. E., & Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education*, *84*(6), 740–756. [https://doi.org/10.1002/1098-237X\(200011\)84:6<740::AID-SCE4>3.0.CO;2-3](https://doi.org/10.1002/1098-237X(200011)84:6<740::AID-SCE4>3.0.CO;2-3)
- Burka, J., & Yuen, L. (1983). *Procrastination: why you do it, what to do about it*. Reading, Mass. : Addison Wesley Pub. Co. <https://cmc.marmot.org/Record/b10531634>
- Chen, H., & Eyoun, K. (2021). Do mindfulness and perceived organizational support work? Fear of COVID-19 on restaurant frontline employees' job insecurity and emotional exhaustion. *International Journal of Hospitality Management*, *94*, 102850. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102850>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Dominguez-Lara, S. A. (2014). Escala de cansancio Emocional: Estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología*, *22*(1), 89–97.
- Dominguez-Lara, S. A., & Campos-Uscanga, Y. (2017). Influence of study satisfaction on academic procrastination in psychology students: a preliminary study.

- Liberabit: Revista Peruana de Psicología*, 23(1), 123–135.
- Dominguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit. Revista de Psicología*, 20(2), 209–304.  
<http://ojs3.revistaliberabit.com/publicaciones/?portfolio=revista-liberabit-vol-20-2>
- Donahue, E. G., Forest, J., Vallerand, R. J., Lemyre, P.-N., Crevier-Braud, L., & Bergeron, É. (2012). Passion for Work and Emotional Exhaustion: The Mediating Role of Rumination and Recovery. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 4(3), 341–368. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2012.01078.x>
- Elsalem, L., Al-Azzam, N., Jum'ah, A. A., Obeidat, N., Sindiani, A. M., & Kheirallah, K. A. (2020). Stress and behavioral changes with remote E-exams during the Covid-19 pandemic: A cross-sectional study among undergraduates of medical sciences. *Annals of medicine and surgery (2012)*, 60, 271–279.  
<https://doi.org/10.1016/j.amsu.2020.10.058>
- Erden, G., Özdoğru, A. A., Çoksan, S., Ögel-Balaban, H., Azak, Y., Altinoğlu-Dikmeer, İ., Ergül-Topçu, A., Yasak, Y., Kırıl-Uçar, G., Oktay, S., Karaca-Dinç, P., Merdan-Yıldız, E. D., Eltan, S., Kumpasoğlu, G. B., & Baytemir, G. (2021). Social Contact, Academic Satisfaction, COVID-19 Knowledge, and Subjective Well-being Among Students at Turkish Universities: a Nine-University Sample. *Applied Research in Quality of Life*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-10019-7>
- Esbati, Z., & Korunka, C. (2021). Does Intragroup Conflict Intensity Matter? The Moderating Effects of Conflict Management on Emotional Exhaustion and Work Engagement. *Frontiers in Psychology*, 12(May), 1–15.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.614001>
- Flores Bravo, L. (2022). Adicción a las redes sociales, procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima, Perú. *RIEE | Revista Internacional de Estudios en Educación*, 22(1), 51–60.  
<https://doi.org/10.37354/riee.2022.220>
- Franzen, J., Jermann, F., Ghisletta, P., Rudaz, S., Bondolfi, G., & Tran, N. T. (2021). Psychological Distress and Well-Being among Students of Health Disciplines: The Importance of Academic Satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042151>
- Gao, Y., Ding, M., Dong, X., Zhang, J., Kursat Azkur, A., Azkur, D., Gan, H., Sun, Y., Fu, W., Li, W., Liang, H., Cao, Y., Yan, Q., Cao, C., Gao, H., Brüggem, M., Veen, W., Sokolowska, M., Akdis, M., & Akdis, C. A. (2021). Risk factors for severe and

- critically ill COVID-19 patients: A review. *Allergy*, 76(2), 428–455.  
<https://doi.org/10.1111/all.14657>
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring different types of academic delayers: A latent profile analysis. *Learning and Individual Differences*, 23, 225–233. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2012.09.014>
- Güdül, M. D., Can, G., & Ceyhan, A. A. (2021). The role of academic motivation in predicting Turkish undergraduates' life satisfaction and academic procrastination. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(60), 128–146.  
<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1672206>
- Hernández, Y. C. U., Cueto, O. F. A., Shardin-Flores, N., & Luy-Montejo, C. A. (2020). Academic procrastination, self-esteem and self-efficacy in university students: Comparative study in two peruvian cities. *International Journal of Criminology and Sociology*, 9, 2474–2480. <https://doi.org/10.6000/1929-4409.2020.09.300>
- Kandem, M. (2014). The Predictors of Academic Procrastination : Responsibility , Attributional Styles Regarding Success / Failure , and Beliefs in Academic Self-Efficacy. *Education and Science*, 39(171), 99–114.  
<https://search.proquest.com/openview/b75ba48f33090f22432c6aedbec73e30/1?q-origsite=gscholar&cbl=1056401>
- Karabatak, S., Alanoglu, M., & Karabatak, M. (2020). Effects of Homework Supported Distance Education on Academic Satisfaction, Academic Achievement, and Attitude towards Distance Education. *2020 8th International Symposium on Digital Forensics and Security (ISDFS)*, 1–5.  
<https://doi.org/10.1109/ISDFS49300.2020.9116372>
- Kokkinos, P., Faselis, C., Samuel, I. B. H., Pittaras, A., Doumas, M., Murphy, R., Heimall, M. S., Sui, X., Zhang, J., & Myers, J. (2022). Cardiorespiratory Fitness and Mortality Risk Across the Spectra of Age, Race, and Sex. *Journal of the American College of Cardiology*, 80(6), 598–609.  
<https://doi.org/10.1016/j.jacc.2022.05.031>
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2006). Integrating person and situation perspectives on work satisfaction: A social-cognitive view. *Journal of Vocational Behavior*, 69(2), 236–247. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2006.02.006>
- Lim, P. K., Koay, K. Y., & Chong, W. Y. (2020). The effects of abusive supervision, emotional exhaustion and organizational commitment on cyberloafing: a moderated-mediation examination. *Internet Research*, 31(2), 497–518.  
<https://doi.org/10.1108/INTR-03-2020-0165>

- Liu, G., Cheng, G., Hu, J., Pan, Y., & Zhao, S. (2020). Academic Self-Efficacy and Postgraduate Procrastination: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology, 11*(July), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01752>
- López-López, A., Pérez, L. T., Gutiérrez, J. L. G., Pompa, B. M., & Fernández, M. A. (2020). Reducción de la procrastinación académica mediante la Terapia de Aceptación y Compromiso: un estudio piloto. *Clínica Contemporánea, 11*(1). <https://doi.org/10.5093/cc2020a3>
- Lowinger, R. J., Kuo, B., Song, H.-A., Mahadevan, L., Kim, E., Liao, K., Chang, C., Kwon, K.-A., & Han, S. (2016). Predictors of Academic Procrastination in Asian International College Students. *Journal of Student Affairs Research and Practice, 53*(1), 90–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/19496591.2016.1110036>
- Mejía, C., Ruiz-Urbina, F., Benitez-Gamboa, D., & Pereda-Castro, W. (2018). Factores académicos asociados a la procrastinación. *Revista Cubana de Medicina General Integral, 34*(3), 61–70. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=89061>
- Merino-Soto, C., Dominguez-Lara, S., & Fernández-Arata, M. (2017). Validación inicial de una Escala Breve de Satisfacción con los Estudios en estudiantes universitarios de Lima. *Educación Médica, 18*(1), 74–77. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2016.06.016>
- Niazov, Z., Hen, M., & Ferrari, J. R. (2021). Online and Academic Procrastination in Students With Learning Disabilities: The Impact of Academic Stress and Self-Efficacy. *Psychological Reports, 003329412098811*. <https://doi.org/10.1177/0033294120988113>
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education, 29*(1), 3–19. <https://doi.org/10.1080/0260293042000160384>
- Osiurak, F., Faure, J., Rabeyron, T., Morange, D., Dumet, N., Tapiero, I., Poussin, M., Navarro, J., Reynaud, E., & Finkel, A. (2015). Déterminants de la procrastination académique : motivation autodéterminée , estime de soi et degré de maximation. *Pratiques psychologiques, 21*(1), 19–33. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2015.01.001>
- Özer, B. U., Demir, A., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring Academic Procrastination Among Turkish Students: Possible Gender Differences in Prevalence and Reasons. *The Journal of Social Psychology, 149*(2), 241–257. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.241-257>

- Pérez, E., & Medrano, L. (2010). Análisis factorial exploratorio : Bases conceptuales y metodológicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 2(1), 58–66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>
- Ramos, F., Manga, D., & Consuelo, M. (2005). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas y asociación. *6to Congreso Virtual de Psiquiatría*, 2, 1–9. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2501898&orden=159702&info=link%5Cnhttp://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2501898>
- Ravina-Ripoll, R., Romero-Rodríguez, L. M., & Ahumada-Tello, E. (2021). Workplace happiness as a trinomial of organizational climate, academic satisfaction and organizational engagement. *Corporate Governance: The International Journal of Business in Society*, ahead-of-p(ahead-of-print). <https://doi.org/10.1108/CG-12-2020-0532>
- Roster, C. A., & Ferrari, J. R. (2020). Time is on My Side—or Is It? Assessing How Perceived Control of Time and Procrastination Influence Emotional Exhaustion on the Job. *Behavioral Sciences*, 10(6), 98. <https://doi.org/10.3390/bs10060098>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2011). *A Self-Determination Theory Perspective on Social, Institutional, Cultural, and Economic Supports for Autonomy and Their Importance for Well-Being* (pp. 45–64). [https://doi.org/10.1007/978-90-481-9667-8\\_3](https://doi.org/10.1007/978-90-481-9667-8_3)
- Scheunemann, A., Schnettler, T., Bobe, J., Fries, S., & Grunschel, C. (2021). A longitudinal analysis of the reciprocal relationship between academic procrastination, study satisfaction, and dropout intentions in higher education. *European Journal of Psychology of Education*. <https://doi.org/10.1007/s10212-021-00571-z>
- Selçuk, Ş., Koçak, A., Mouratidis, A., Michou, A., & Sayıl, M. (2021). Procrastination, perceived maternal psychological control, and structure in math class: The intervening role of academic self-concept. *Psychology in the Schools*, December 2020, pits.22542. <https://doi.org/10.1002/pits.22542>
- Skaalvik, C. (2020). School principal self-efficacy for instructional leadership: relations with engagement, emotional exhaustion and motivation to quit. *Social Psychology of Education*, 23(2), 479–498. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09544-4>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination : Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review

of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Walter, C. E., Miranda Veloso, C., & Au-Yong-Oliveira, M. (2020). Measuring the Degree of Academic Satisfaction: The Case of a Brazilian National Institute. *Education Sciences*, 10(10), 266. <https://doi.org/10.3390/educsci10100266>

Werang, B. R., Leba, S. M. R., Agung, A. A. G., Wullur, M. M., Yunarti, B. S., & Asaloei, S. I. (2021). Indonesian teachers' emotional exhaustion and commitment to teaching: A correlational study. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 16(2), 522–531. <https://doi.org/10.18844/cjes.v16i2.5631>