

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**Autoeficacia académica y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundaria de una institución educativa, Lambayeque, 2024**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**Estrella Estefany Brighth More Roque**

**ASESOR**

**Beatriz Isabel Ortega Pauta**

**<https://orcid.org/0000-0003-0781-5344>**

**Chiclayo, 2025**

**Autoeficacia académica y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto  
y quinto del nivel secundaria de una institución educativa,  
Lambayeque, 2024**

PRESENTADA POR  
**Estrella Estefany Brighth More Roque**

A la Facultad de Medicina de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el título de

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

APROBADA POR

Luisa Marcela Cornejo Bardales  
PRESIDENTE

Ricardo Urpeque Garcia  
SECRETARIO

Beatriz Isabel Ortega Pauta  
VOCAL

### **Dedicatoria**

La presente investigación está dedicada principalmente a mis padres por brindarme su apoyo incondicionalmente y mi adorada Chanelle.

### **Agradecimientos**

Agradezco a Dios, por ser mi guía durante este proceso de mi vida, a mis padres por su apoyo incondicional, a un apoyo especial, quien ha sido una fuente constante durante este proceso y sobre todo a mi asesora Beatriz Isabel Ortega Pauta por haberme orientado en la realización de este trabajo

# Autoeficacia académica y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundaria de una institución educativa

## INFORME DE ORIGINALIDAD

|                                   |                                   |                            |                                       |
|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|---------------------------------------|
| <b>22%</b><br>INDICE DE SIMILITUD | <b>20%</b><br>FUENTES DE INTERNET | <b>8%</b><br>PUBLICACIONES | <b>10%</b><br>TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |
|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|---------------------------------------|

## FUENTES PRIMARIAS

|           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| <b>1</b>  | <b>hdl.handle.net</b><br>Fuente de Internet   | <b>4%</b> |
| <b>2</b>  | <b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b><br>Trabajo del estudiante             | <b>2%</b> |
| <b>3</b>  | <b>tesis.usat.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                      | <b>2%</b> |
| <b>4</b>  | <b>repositorio.upt.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                 | <b>1%</b> |
| <b>5</b>  | <b>archive.org</b><br>Fuente de Internet  | <b>1%</b> |
| <b>6</b>  | <b>repositorio.autonoma.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                            | <b>1%</b> |
| <b>7</b>  | <b>www.coursehero.com</b><br>Fuente de Internet                                     | <b>1%</b> |
| <b>8</b>  | <b>Submitted to Universidad Católica de Santa María</b><br>Trabajo del estudiante   | <b>1%</b> |
| <b>9</b>  | <b>Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista</b><br>Trabajo del estudiante | <b>1%</b> |
| <b>10</b> | <b>repositorio.uigv.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                | <b>1%</b> |

## Índice

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Resumen .....</b>                | <b>6</b>  |
| <b>Abstract .....</b>               | <b>7</b>  |
| <b>Introducción.....</b>            | <b>8</b>  |
| <b>Revisión de Literatura .....</b> | <b>9</b>  |
| <b>Materiales y Métodos .....</b>   | <b>14</b> |
| <b>Resultados y Discusión.....</b>  | <b>16</b> |
| <b>Conclusiones .....</b>           | <b>22</b> |
| <b>Recomendaciones .....</b>        | <b>22</b> |
| <b>Referencias.....</b>             | <b>22</b> |
| <b>Anexos .....</b>                 | <b>23</b> |

## Resumen

La autoeficacia académica es fundamental para el rendimiento escolar y el bienestar de los estudiantes, influyendo en su actitud, motivación y perseverancia. Los hábitos de estudio forman la base esencial en el proceso de aprendizaje y contribuyen significativamente en el éxito académico. Por ello, el presente estudio tiene como objetivo principal conocer la relación entre autoeficacia académica y hábitos de estudio, además identificar los niveles y dimensiones según sexo y edad en el nivel de secundaria de una Institución educativa Nacional, Lambayeque 2024. La investigación fue de un diseño no experimental de tipo correlacional, con una población de 410 estudiantes de ambos sexos, además se trabajó con una muestra de 199 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. Se utilizó el Instrumento de escala de autoeficacia académica (EASS) por Robles (2018) evidenciando un Alfa de Cronbach de .877 e Inventario de Hábitos de estudios CASM — 85 por Vicuña (1985), evidenciando un Alfa de Cronbach de .81. Los resultados demostraron que hay una correlación positiva moderada y significativa entre la autoeficacia académica y los hábitos de estudio, destacando que un uso adecuado de estos hábitos promueve el desarrollo de la autoeficacia académica. Se observaron diferencias según sexo, en cuanto a la edad, se encontraron porcentajes significativamente alto, además las dimensiones entre ambas variables mostraron una correlación baja pero significativa.

**Palabras clave:** Estudiantes, hábitos de estudio, autoeficacia académica.

### Abstract

Academic self-efficacy is fundamental to students' academic performance and well-being, influencing their attitude, motivation, and perseverance. Study habits form the essential basis of the learning process and contribute significantly to academic success. Therefore, this study aims to understand the relationship between academic self-efficacy and study habits, as well as to identify the levels and dimensions according to sex and age at the secondary level of a National Educational Institution in Lambayeque, 2024. The research employed a non-experimental, correlational design, with a population of 410 students of both sexes. The sample consisted of 199 fourth- and fifth-year secondary school students. The Academic Self-Efficacy Scale (EASS) instrument by Robles (2018) was used, showing a Cronbach's alpha of .877, and the Study Habits Inventory CASM-85 by Vicuña (1985) was used, showing a Cronbach's alpha of .81. The results demonstrated a moderate and significant positive correlation between academic self-efficacy and study habits, highlighting that the appropriate use of these habits promotes the development of academic self-efficacy. Differences were observed according to sex; regarding age, significantly high percentages were found. Furthermore, the dimensions between both variables showed a low but significant correlation.

**Keywords:** Students, study habits, academic self-efficacy.

## Introducción

La autoeficacia y los hábitos de estudios son constructos importantes dentro del proceso académico porque forman parte del desarrollo integral de la persona, permitiendo al estudiante crear expectativas e ir formando una actitud positiva, que en muchos aspectos llega a determinar el éxito o fracaso del estudiante. Papalia et al. (2012) refieren que los alumnos que disponen de niveles altos de autoeficacia tienen mayor probabilidad de triunfar a diferencia de los que no creen en sus habilidades, ya que estos estudiantes al poseer esta característica se esfuerzan y persisten en la consecución de sus logros.

En la escuela el alumno adquiere diversas habilidades y competencias que ayudan en su formación educativa e integral, es aquí donde el estudiante se cree capaz de lograr objetivos y metas, poniendo en práctica determinadas conductas. Por ello, dentro de los enfoques educativos, Fernández (como se cita en Vasquez, 2015), plantea que, en el proceso de enseñanza, una de las metas más importantes en el estudiante es desarrollar su autonomía para aprender y no solo llenarlo de conocimientos. Sin embargo, en la actualidad, aún se toma mayor importancia al coeficiente intelectual (CI) de un estudiante que construir en el hábito que le permitan ser capaz de creer en sus destrezas y capacidades de lograr un éxito académico.

Según Valverde (2011) analiza la autoeficacia y la actuación personal, donde ambos términos guardan una relación significativa en los estudiantes, porque son capaces de ejecutar una actividad o situación problemática en base a sus capacidades y habilidades individuales, así también es trascendente para la toma de decisiones, lo cual evidencia un resultado eficaz en las metas académicas y objetivos personales (p. 248).

Los hábitos de estudio constan de factores personales que tiene el alumno para realizar diversos comportamientos con miras a ciertos objetivos, y empieza con esa actitud positiva, deseo y disciplina para lograrlo, es ahí donde interviene el papel de la autoeficacia, ya que, este constructo permitirá al estudiante creerse capaz de lograr lo que se proponga, en base sus propias capacidades y habilidades, ejecutando tareas que le permitan alcanzar su desempeño académico y metas dentro de su contexto escolar y personal. Según García (2019), refiere que los hábitos de estudios son series de conductas que presentan los estudiantes, los cuales se desarrollan dentro del ámbito educativo y esencial para el éxito académico, además permitirá adquirir estrategias y métodos que el estudiante puede utilizar frente a los contenidos de aprendizaje (p.6).

Salazar y Chumpitaz (2013) refieren a los hábitos de estudio son prácticas o el modo de estudiar que aplica cada persona al momento de realizar sus actividades, además experimenta diferentes estrategias día a día a día, lo cual contribuye en el ámbito académico. Es decir, son las conductas que se crea para aprender diariamente, por ende, los hábitos de estudio son aquellas estrategias que utiliza el alumno con el fin de desarrollar diversas actividades relacionadas a su aprendizaje y rendimiento académico que forman parte de un futuro exitoso, en la cual logran sus objetivos y a consecuencia su autorrealización. Además, el alumno cultiva en su proceso de aprendizaje, diversas técnicas, lo cual enriquece al momento de aprender a organizar sus recursos de estudio.

Teniendo en cuenta lo mencionado se plantea la siguiente pregunta ¿Qué relación existe entre autoeficacia académica y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundaria de una institución educativa, Lambayeque, 2024?.

Por ello, se espera encontrar una relación positiva y significativa entre las variables autoeficacia académica y hábitos de estudio, de manera que a mayor presencia de hábitos de estudios, mejor autoeficacia en el al éxito académico y al bienestar general de los adolescente.

El presente estudio tiene como objetivo general, determinar la relación entre autoeficacia académica y hábitos de estudio, como objetivos específicos tenemos identificar los niveles de autoeficacia según sexo y edad, también identificar los niveles de hábitos de estudio según sexo y edad e identificar la relación entre las dimensiones de autoeficacia y los hábitos

de estudio en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional, Lambayeque 2024.

Esta investigación desde una perspectiva teórica contribuye al fortalecimiento del conocimiento científico existente sobre la autoeficacia académica y los hábitos de estudio, variables que son relevantes en el contexto peruano educativo, donde existen diversas deficiencias en el sistema educativo que en conjunto con otros factores afectan el rendimiento escolar esta etapa vulnerable de la adolescencia, por lo que esta investigación sirve como base para futuras investigaciones al ampliar el conocimiento sobre cómo estos constructos interactúan.

Desde un enfoque práctico, los datos obtenidos de este estudio permitieron identificar las necesidades reales en este entorno escolar lo que será una fuente valiosa para el diseño de programas educativos y orientaciones pedagógicas, como talleres para docentes y padres que fomentaran prácticas de estudio efectivas y creencias positivas en las capacidades propias, contribuyendo directamente a mejorar el desempeño académico y a prevenir la deserción escolar que es muy común en instituciones públicas.

Finalmente, la importancia social de esta investigación radicó en su enfoque en una población adolescente vulnerable la cual se enfrenta transiciones críticas en el sistema educativo peruano, donde factores como la falta de confianza en sí mismos y rutinas de estudio inadecuadas muy frecuentemente derivan en problemas de salud mental y desigualdades educativas; por lo que los resultados de este estudio serán de gran ayuda para el diseño de estrategias psicoeducativas dirigidas a promover el bienestar integral de los jóvenes, fortaleciendo no solo su desarrollo personal sino también el apoyo familiar y escolar.

## **Revisión de Literatura**

### **Antecedentes**

En Granada, Galleguillos (2017) ejecuto un estudio donde se determinó la relación entre autoeficacia percibida por los estudiantes de enseñanza básica y el rendimiento escolar. Se basaron en una investigación metodológica y correlacional, siendo la muestra constituida por 802 alumnos. Se utilizo una Escala de Autoeficacia Académica de estudiantes y el promedio anual de los participantes para establecer el rendimiento académico. Los hallazgos indicaron que los estudiantes que tienen más confianza en su habilidad para tener éxito académico tienden a emplear más estrategias de aprendizaje efectivas, como mantener una actitud positiva, estar motivados, manejar bien el tiempo, concentrarse, procesar información de manera eficiente, identificar las ideas principales, utilizar recursos de apoyo al estudio, autoevaluarse y emplear estrategias de evaluación. Estas prácticas contribuyen significativamente al logro de los objetivos académicos.

Flores (2023) llevó a cabo una investigación en Tacna con el propósito de analizar la relación entre los hábitos de estudio y la autoeficacia académica en estudiantes de un instituto tecnológico público. Este estudio correlacional incluyó una muestra de 253 estudiantes. Para la recolección de datos, se utilizaron el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 y la Escala de Autoeficacia Académica. Los resultados mostraron que el 47.43% de los estudiantes tenía un nivel medio de autoeficacia académica, mientras que el 45.45% presentaba un nivel bajo. En cuanto a los hábitos de estudio, el 56.52% de los estudiantes exhibió una tendencia negativa, el 24.51% una tendencia positiva, el 13.04% negativa, el 3.16% positiva, el 1.58% un nivel muy negativo y el 1.19% muy positivo. Se encontró una relación significativa entre ambas variables, concluyendo que mejores hábitos de estudio se asocian con una mayor autoeficacia académica y viceversa.

En Lima, Alva (2022) desarrolló un estudio cuyo objetivo fue identificar la relación entre la motivación académica y los hábitos de estudio en estudiantes de secundaria. El estudio fue de tipo correlacional, la muestra estuvo compuesta por 178 estudiantes de secundaria. Se

utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio de Vicuña. Se encontró que el 7.3% de los alumnos presentaron un rango negativo de los hábitos de estudio, el 32% de los estudiantes presentaron una tendencia negativa, el 24.7% una tendencia positiva, el 30.3% un nivel positivo, y el 5.6% un rango muy positivo. Se concluye que mientras más alta era la puntuación obtenida en motivación académica por los estudiantes, sus niveles de hábitos de estudio también tendían a ser más elevados en la muestra analizada.

Sulca y Quiroz (2021) ) llevaron a cabo un estudio en Lima cuyo objetivo fue cómo la autoeficacia académica se relaciona con el desempeño escolar en adolescentes. La investigación fue de tipo descriptivo y correlacional, utilizando una muestra de 263 estudiantes de secundaria. Se utilizó la Escala de Autoeficacia de los Escolares (ACAES) diseñada por Galleguillos y Olmedo. Los resultados indicaron que el 66.5% de los estudiantes mostraron niveles moderados de autoeficacia académica, mientras que el 17.1% tuvo niveles bajos y solo el 16.3% mostró niveles altos. Además, se encontró una correlación positiva y significativa entre la autoeficacia académica y el rendimiento escolar. No se observaron diferencias significativas en la autoeficacia académica entre los estudiantes de género masculino y femenino. Estos hallazgos sugieren que un mayor nivel de autoeficacia académica en adolescentes se relaciona con un mejor rendimiento escolar, destacando la importancia de fortalecer la autoeficacia para mejorar el proceso de aprendizaje

En Lima, Cerna (2019) realizó un estudio para investigar cómo se relaciona el nivel de hábitos de estudio con la autoeficacia académica de estudiantes de secundaria en una institución educativa. El estudio fue de tipo correlacional, se examinó una muestra de 598 participantes. Se emplearon la escala de autoeficacia académica de Galleguillos y el test adaptado de hábitos de estudio de Fernández y Wrenn. Los resultados mostraron que el 55% de los estudiantes tenían niveles medios de autoeficacia académica, mientras que el 60% presentaba niveles medios de hábitos de estudio. Se encontró una correlación directa significativa entre ambas variables. Además, se observó que mejorar en los hábitos de estudio se asociaba positivamente con mayores niveles de autoeficacia académica.

En Lima, Tito (2019) ejecutó un estudio, en el cual uno de sus objetivos fue hallar el nivel de hábitos de estudio en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de tres instituciones educativas. El estudio fue de tipo descriptivo-comparativo, el grupo estuvo compuesto por 195 participantes. Se utilizó la escala de Hábitos de Estudio de Vicuña (2005). Se evidenció que el 26% de los participantes presentaron un nivel muy negativo de los hábitos de estudio, el 20.9% negativo, el 19.7% moderado, el 18.9% positivo y el 13.7% muy positivo.

Villegas (2018) realizó un estudio en Tarapoto con el objetivo de examinar la relación entre la procrastinación académica y la autoeficacia académica en estudiantes de secundaria. La investigación, de tipo descriptivo correlacional, incluyó una muestra de 117 estudiantes y utilizó la Escala General de Autoeficacia. Los resultados indicaron que el 38.5% de los estudiantes mostraban altos niveles de autoeficacia académica. Además, se halló una correlación inversa significativa entre la procrastinación académica y la autoeficacia académica. El estudio concluyó que existe una relación negativa entre la procrastinación académica y la autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria.

Sucilli (2018) desarrolló una investigación cuyo propósito fue identificar los niveles de hábitos de estudio en estudiantes de una institución educativa. El trabajo se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo y no experimental de corte transversal, y se aplicó a una muestra conformada por 98 alumnos de quinto de secundaria de ambos sexos. Para la recolección de información se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85, revisión 2014. Los hallazgos revelaron que el 52% de los participantes presentó una inclinación negativa en sus hábitos de estudio, el 42% evidenció una inclinación positiva y un 3% manifestó simultáneamente rasgos tanto positivos como negativos. Al analizar las dimensiones específicas, se encontró que el 59% alcanzó una tendencia favorable en la forma en que

estudian, el 47% reflejó un desempeño desfavorable en la realización de tareas, el 41% obtuvo resultados negativos en la preparación de exámenes, el 44% mostró un nivel positivo en la manera de atender las clases y el 34% presentó una inclinación negativa respecto a los elementos que acompañan sus momentos de estudio. Asimismo, se observó que el 64% de los varones presentó una orientación negativa en sus hábitos de estudio, mientras que el 52% de las mujeres evidenció una orientación positiva.

Coronado (2018) realizó una investigación en Chiclayo, Perú, con el objetivo de determinar la relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución educativa. El estudio fue de tipo correlacional, la muestra estuvo conformada por 91 alumnos de ambos sexos entre 16 y 17 años. Se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85) de Vicuña. Se encontró que el 39.6% de los evaluados presentó una tendencia negativa en hábitos de estudio a nivel general. Respecto a las dimensiones, en el área I (técnicas para leer y tomar apuntes) el 40.7% mostró una tendencia positiva. En el área II (hábitos de concentración) el 40.7% obtuvo una tendencia negativa. En el área III (distribución del tiempo y relaciones sociales) el 39.6% tuvo una tendencia negativa. En el área IV (hábitos y actitud general de trabajo) el 33% presentó una tendencia positiva. Finalmente, en el área V (ayudas para estudiar) el 22% evidenció un nivel muy positivo. Se concluye que existe una relación significativa entre procrastinación académica y hábitos de estudio a nivel general.

En Chiclayo, Marroquín (2022) llevó a cabo una investigación descriptiva correlacional con el objetivo de determinar si la autoeficacia y la ansiedad predicen la procrastinación académica en una muestra no probabilística de 150 estudiantes de secundaria. Se aplicó la Escala de Autoeficacia Académica de Galleguillos. En cuanto a la variable autoeficacia, los resultados descriptivos mostraron que predomina un nivel medio con un 48.33%, seguido de un nivel alto con 40.83% y un nivel bajo con 10.83%. Se encontró una correlación negativa significativa, lo que sugiere que a medida que la autoeficacia aumenta, la procrastinación académica tiende a disminuir, y viceversa.

### **Bases teóricas**

**Autoeficacia académica.** En las últimas décadas, muchos estudios en investigación educativa han utilizado el concepto de autoeficacia académica para entender el papel del individuo en los contextos educativos (Cheng, 2020). La autoeficacia académica juega un papel crucial en el desempeño escolar, impactando en la actitud, motivación, perseverancia y bienestar general de los estudiantes. Además, es esencial para cultivar aprendices autónomos y exitosos (Gutiérrez & Landeros, 2018).

Según Valverde (2011), la autoeficacia y la actuación personal guardan una relación significativa en los estudiantes, ya que son capaces de ejecutar una actividad o enfrentar una situación problemática en base a sus capacidades y habilidades individuales. Además, la autoeficacia es importante para la toma de decisiones, lo cual evidencia un resultado eficaz en las metas académicas y objetivos personales (Valverde, 2011, p. 248).

Por otro lado, para Domínguez y Fernández (2019) la autoeficacia académica, es definida como creencias valorativas que tienen los alumnos sobre sus capacidades y necesidades para organizarse, así mismo realizar acciones que le permitan el cumplimiento de actividades y metas en el ambiente educativo, tales como los trabajos, tareas, exámenes, exposiciones, entre otras cosas.

Asimismo, Barraza (2010) brinda la definición acerca de autoeficacia académica que son como grupos de creencias propias de cada estudiante, lo cual le permitirán cumplir con sus tareas académicas. También Gutiérrez y Landeros (2018) comenta que un estudiante con autoeficacia académica alta se convierte en una persona audaz en las tareas académicas y también se prepara para los aspectos de la vida, además tienen más recursos metacognitivos, que persisten en trabajos difíciles, adquieren calificaciones altas y esto surge como un recurso

interno que permite la autodisciplina y el éxito, lo cual induce a ser perseverantes a realizar sus metas y objetivos.

Pajares et al. (como se cita en Benítez & Vargas, 2014, p.79) comenta que en investigaciones previas han revelado que las mujeres tienden a obtener puntuaciones más bajas en escalas de autoeficacia. Se ha sugerido que estas diferencias podrían deberse a las creencias estereotipadas sobre el género en relación con la realización de ciertas actividades en el ámbito personal, social o académico. Estos estereotipos son estructuras o esquemas de conocimiento que indican los atributos básicos asociados al comportamiento de las personas de un sexo específico.

**Dimensiones de Autoeficacia Académica.** Según Bandura (como se cita en Rosado & Flores, 2023) refiere que existen dimensiones que conforman la autoeficacia académica las cuales son:

***Expectativas de la situación:*** Esta dimensión hace referencia a las situaciones del entorno las cuales pueden limitar los resultados en las habilidades y capacidades del estudiante, además en el contexto educativo donde se desarrollan los estudiantes existen diferentes factores asociados los cuales son: estrategias de enseñanza del docente, equipamiento del lugar e infraestructura donde estudia, apoyo familiar, medios económicos y socialización con los amigos, estos pueden ser motivos por los que el estudiante contribuya o no, durante el proceso de aprendizaje.

***Expectativas de resultado:*** se refiere a las conductas o emociones las cuales pueden causar efectos específicos en situaciones o actividades académicas, es aquí donde el estudiante tiene aptitudes, habilidades que le permitirán alcanzar el éxito en actividades académicas, además influye el control de emociones, ya que permitirá gestionar esquemas de pensamientos y respuesta emocionales.

***Expectativa de la autoeficacia percibida:*** son las capacidades y competencias que posee el estudiante al realizar un comportamiento y así obtener resultados positivos, así mismo existen habilidades para poder enfrentar situaciones académicas y perseverar durante toda su vida, las cuales son resolución de conflictos, manejo de recursos cognitivos y el afrontamiento de actividades académicas.

**Procesos que influyen en la autoeficacia.** Según Bandura (como se cita en Ludeña, 2022) refiere que dentro de su teoría cognitiva social existen 4 procesos, los cuales son:

***Procesos cognitivos.*** Son las propias metas y operaciones a corto o largo plazo del alumno, estas influyen en las decisiones y autoestimaciones de sus propias habilidades y capacidades del medio ambiente y su juicio personal.

***Procesos motivacionales.*** Son importantes porque influye en la vida del alumno para ejecutar actividades académicas que se va desarrollando de manera eficiente en el proceso de aprendizaje, además cada estudiante emplea técnicas, estrategias metodológicas y procedimientos lo cual generara el mejor desempeño en el ámbito académico.

***Procesos afectivos.*** Se refiere cuando el alumno dispone creencias que considera adecuadas, las cuales contribuyen el equilibrio emocional acerca de una imagen que tienen de sí mismo, esto dependerá la realización de sus actividades generando el éxito o por lo contrario emociones negativas y puede generar que evada sus actividades académicas y personales.

***Proceso de selección.*** Este último proceso establece que los estudiantes escojan qué actividades quieren realizar y cuáles no, es aquí donde los estudiantes que muestran baja autoeficacia es por el miedo que tienen a enfrentarse a situaciones difíciles y esto genera una demanda en su desempeño escolar y a futuro.

**Factores que influyen en la autoeficacia académica.** Según Bandura (como se cita en Vásquez, 2015) refiere que existen 3 factores, los cuales son:

***La expectativa previa.*** Este factor refiere que dependerá del estudiante por medio de su procesamiento cognitivo, sus expectativas las cuales estarán vinculadas con el esfuerzo.

**La expectativa vicaria.** Este factor dependerá de la toma de opiniones de los demás sobre las cualidades o características, además considera las expectativas externas de conocidos.

**Estado fisiológico general.** Este factor dependerá que el estudiante no realiza una tarea asignada, por motivo de aquellas perturbaciones o agotamiento lo llevará a evitar realizar la tarea asignada.

**Hábitos de estudio.** Cartagena (como se cita en Zarate, 2018, p.48): por hábitos de estudios, se logra entender que son procedimientos y estrategias que el alumno practica frecuentemente para obtener nuevos conocimientos como realizar técnicas de memorización y establecer un horario de estudio, lo cual ayuda que el estudiante se concentre y obtenga mejores resultados en las actividades académicas y así evitando cualquier tipo de entretenimiento.

Además, Dunn (como se cita en Cardich, 2019, p. 28): refiere que los hábitos de estudio en el ámbito educativo son necesarios y esenciales para el alumno, así mismo se ha encontrado que existe una relación entre el éxito académico y la práctica de diversas habilidades, como técnicas de estudio, estrategias y capacidades del alumno.

Según Vicuña (como se cita en Zarate, 2018) existen cinco dimensiones, las cuales son:

**Momentos de Estudio/cómo estudia:** Esta dimensión hace referencia a las actividades u otras tareas que el estudiante realiza durante el tiempo que se encuentra preparándose, como por ejemplo al momento que estudia está viendo televisión o realizando otras cosas.

**Escuchar sus clases:** aquí se refleja que el alumno maneja su conducta a la hora de clases y es aquí donde el alumno realiza apuntes o no presta atención, puede interrumpir la clase o puede conversar con sus compañeros, además al final de la clase puede preguntarle al docente sobre el tema.

**Hacer sus tareas:** aquí el comportamiento del estudiante respecto a las actividades asignadas en el colegio, por ejemplo, si el estudiante es responsable con sus trabajos y actividades o cuando trabaja en equipo y uno de sus compañeros le asigna una parte del trabajo, el alumno busca información, establece un horario o trabaja durante un período de tiempo específico y luego toma un breve descanso.

**Preparar sus exámenes:** Es aquí donde el estudiante dispone de mayor énfasis para prepararse para sus exámenes y comienza a estudiar unos días antes, para ello utiliza herramientas de organización para poder estudiar con anticipación, por último, encuentra un tranquilo y libre de distracciones para comenzar a estudiar.

**Conducta frente al estudio/qué acompaña sus momentos de estudio:** Comenta que el aprendiz puede tener diferentes hábitos y comportamiento que acompañan sus momentos de estudio, además pueden utilizar música, tv, alimentos o quiere estudiar en silencio con amigos, lo cual esto no genera ninguna distracción en los estudiantes.

**Desarrollo de hábitos de estudios.** Es fundamental para el éxito académico además el desarrollo de estos implica la ejecución de estrategias, métodos y técnicas relacionadas a la preparación y autoevaluación del conocimiento del estudiante; por ello, la clave del éxito académico esta desde los primeros años de vida como es la educación inicial y primaria, lo cual se va desarrollando su pensamiento lógico mediante estrategias que le permitirán en la adolescencia ejecutarlas en diversas actividades o problemas cotidianos (Palacios, 2017). Además, Cano (2016) comenta que la formación de hábitos de estudio es fundamental para el ejercicio porque al saber si lo que haciendo está mal o bien, esto permitirá que el individuo incita a modificar su conducta para que sea más competente en su estudio.

**Factores que influyen en los hábitos de estudio.** Ortega (2012) indica que existen factores que influyen en dicha variable, los cuales son:

**Factores psicológicos.** son las condiciones personales, los cuales involucran a la voluntad positiva, perseverancia, motivación, autoeficacia, organización personal, salud física y mental, lo cuales interfieren de manera trascendental en la formación estudiantil.

**Factores instrumentales.** Son esenciales para establecer un entorno de estudio eficaz y aumentar la productividad en los estudiantes, además existen recursos y herramientas para facilitar y mejorar el estudio, así mismo con la práctica se va incorporando el esquema de conducta de los estudiantes.

**Factores ambientales.** Tienen un rol crucial en la creación de hábitos de estudios porque en el entorno que estudia puede repercutir de forma significativa en la productividad y concentración de los estudiantes, además estos están divididos en: espacio de estudio fijo, iluminación, ruido, materiales de estudio y periodo de estudio, así mismo esto ayudara al estudiante a estar cómodo, satisfecho, tener un lugar tranquilo y libre de distracciones. Así también, la organización de tiempo es importante porque esto influyera en el proceso de aprendizaje del estudiante, los cuales están divididos por tiempos de trabajo 1 hora y tiempos de descanso 5 minutos, luego se repetirá de descanso y así progresivamente.

### **La influencia de los hábitos de estudio en el aprendizaje significativo**

Un hábito suele entenderse como una conducta repetida, rutina o costumbre, que implica una disposición constante para realizar acciones de cierta manera, mostrando habilidad, confianza y dominio. Como se ha mencionado, que instaurar hábitos o rutinas desde la infancia resulta fundamental para potenciar la eficiencia personal, pues permite un mejor aprovechamiento de los recursos al realizar tareas y reduce la exigencia de atender diversos aspectos al mismo tiempo (Cardich, 2019).

### **Materiales y Métodos**

#### **Diseño de investigación.**

El presente estudio siguió un diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional; ya que no se pretendió cambiar o controlar las condiciones de la investigación y se recopila datos de interés en su estado natural, el cual se buscó evaluar la relación entre las variables de Autoeficacia académica y hábitos de estudio (Hernández et al., 2018).

#### **Participantes.**

La población estuvo conformada por estudiantes del sexo femenino y masculino del nivel de cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa nacional de Lambayeque, que comprende la cantidad de 410 estudiantes. Se trabajó con una muestra de 199 estudiantes lo cual está conformada por los grados de cuarto y quinto de secundaria de ambos sexos, además dispone el tamaño de muestra empleando la formula:  $Z^2 \times (p) \times (1-p) / c^2$ ; donde: Z = Nivel de confianza (95% o 99%), p = 0.5, c = Margen de error (0.05), donde se estableció que la muestra deberá ser de 199 estudiantes, distribuidos en 99 alumnos de cuarto de secundaria y 100 estudiantes de quinto de secundaria, además con un nivel de confianza de 95% y un margen de error del 5%.

Como criterio de inclusión, se consideró educandos matriculados durante en el año académico en el 2024 de ambos sexos en edades entre de 15 a 18 años. Por otro lado, el criterio de exclusión se consideró estudiantes con necesidades educativas especiales que dificulten su participación durante el estudio o la comprensión de los instrumentos proporcionados. En cuanto al criterio de eliminación, se consideró a aquellos estudiantes que no completaron los datos demográficos, presentaron dos respuestas en un mismo ítem o dejaron casilleros en blanco.

#### **Técnicas e instrumentos.**

Se aplico el instrumento de escala de autoeficacia académica (EASS), elaborado por Robles (2018) en Perú, que consta de 28 ítems y diseñado para evaluar e identificar las percepciones respecto al ámbito académico. Los ítems están evaluados según una escala Likert de “Totalmente de acuerdo”, “De acuerdo”, “Indiferente”, “En desacuerdo” y “Totalmente en desacuerdo”. Además, se encuentra clasificado en tres dimensiones: Expectativa de la situación, expectativa de resultados y la dimensión Expectativa de autoeficacia percibida. Así mismo, dicho autor realizó el análisis de la confiabilidad y validez en 340 estudiantes universitarios,

donde se alcanzó un índice de consistencia Alfa de Cronbach de .877, mostrando una alta confiabilidad interna del instrumento, además de una validez de contenido de .94 a través de V de Aiken y la validez de constructo desarrollada mediante el análisis factorial obteniendo una validez factorial - KMO (.925) y Prueba de Bartlett (4026.934), segmentando dos factores: expectativa de la situación y expectativas personales, esta última se encuentra conformada por las expectativas de resultados y expectativa de la autoeficacia percibida. En la investigación se obtuvo un Alfa de Cronbach de .819 que nos indica una buena confiabilidad interna. (Anexo A)

Robles (2020) indica que en la investigación “Escala de autoeficacia académica en Estudiantes universitarios en Lima” se obtuvo un Alfa de Cronbach de .94 que nos indica una buena confiabilidad interna, además la validez de contenido fue por criterio de jueces y un análisis factorial exploratorio.

Por otro lado, se aplicó el inventario de Hábitos de estudios CASM - 85, elaborado y validado por Vicuña (1985) en Perú, el cual está compuesto por 53 reactivos, y diseñado para evaluar hábitos de estudio adecuados o inadecuados en los estudiantes, estructurados en 5 dimensiones: "cómo estudia", "hacer sus tareas", "preparar sus exámenes:", "escuchar sus clases", "qué acompaña sus momentos de estudio:". Los ítems son evaluados con opciones de respuesta dicotómicas "siempre" y "nunca". Respecto a la confiabilidad del instrumento, se evaluó utilizando la ecuación de Kuder-Richardson para la consistencia interna. Los resultados mostraron un coeficiente de (R=0.97), lo cual indica una excelente confiabilidad para la consistencia de todo el inventario. Por otro lado, se determinó la validez de constructo mediante el cálculo de la correlación con los puntajes de rendimiento académico de los alumnos, obteniendo un coeficiente de  $r=0.612$  con un valor  $t=7.31$  y grados de libertad de 0.01. El error de predicción fue de 0.79 y la validez predictiva de 21%; por lo que los resultados indican que el inventario tiene una alta confiabilidad y validez adecuada. En este estudio se hará uso de la versión original, ya que, al ser un instrumento de origen peruano, cuenta con validez de contenido y constructo en población estudiantil peruana, por lo que su aplicación en esta muestra no requeriría de mayor validación, debido a que conserva sus propiedades psicométricas reportadas por el autor. En la investigación se obtuvo un Alfa de Cronbach de .834 que nos indica una buena confiabilidad interna. (Anexo B)

Tito (2019) señala que en su investigación obtuvo un Alfa de Cronbach de .908, indicando una buena confiabilidad interna. Además, el estudio presenta una validez de contenido de 1.00, medida mediante la prueba V de Aiken y evaluada por diez jueces expertos.

#### **Procedimientos.**

Se inició presentando una solicitud (Anexo C) a una institución educativa nacional de Lambayeque. Posteriormente se llevó a cabo la coordinación con el director y los profesores para planificar dos reuniones por cada grado en el mes de abril; con los padres de familia, asimismo, a los padres de familia se les comunicó la naturaleza de la participación en esta investigación, proporcionándoles el respectivo consentimiento informado.

En cuanto a la aplicación del instrumento se realizó de manera presencial, además, se aplicó el instrumento a aquellos alumnos cuyos padres firmaron el consentimiento informado, además de que se obtuvo el asentimiento informado, lo cual se realizó en el mes de mayo, por lo tanto, se realizó de manera colectiva en las aulas correspondientes de cada grado, así mismo organizando dos días por cada grado, donde se inició con el Inventario de expectativas de autoeficacia académica (Anexo D) y posteriormente con el Inventario de Hábitos de estudios CASM – 85 (Anexo E).

#### **Aspectos éticos.**

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo (Anexo F).

Además, se consideraron los lineamientos éticos establecidos por la Asociación Americana de Psicología (2017), donde, se veló el principio de beneficencia y no maleficencia, ya que en base a los hallazgos obtenidos, se formularon recomendaciones dirigidas a la institución educativa que beneficien a los estudiantes. Asimismo, los alumnos pudieron solicitar un informe oral y/o escrito acerca de los resultados del estudio, manteniendo en todo momento la confidencialidad de la información. Finalmente, esta investigación se clasificó como de riesgo mínimo para los participantes, ya que no representó ningún tipo de riesgo físico, psicológico o espiritual durante su desarrollo.

Asimismo, se cumplió con el principio de respeto a las personas, para lo cual se solicitó el consentimiento informado de los padres o tutores legales (Ver anexo G), teniendo también en cuenta el asentimiento informado de los estudiantes (Ver Anexo H), donde se explicó los procedimientos, beneficios, posibles riesgos y el derecho a retirarse en cualquier momento que lo crean conveniente. Asimismo, se aseguró la confidencialidad de los datos por medio de la codificación a cada uno de los instrumentos, cuya información será utilizada solo para fines estrictos de esta investigación que finalmente será eliminada en la etapa posterior.

En relación con el principio de justicia, se otorgó a los participantes, con el trato igualitario en todo el proceso de la aplicación de los instrumentos

Por otra parte, se respetó los derechos de autor, por el cual se citó y referenció toda información obtenida en libros, repositorios de tesis, revistas; por tanto, el documento fue examinado por el programa software antiplagio Turnitin donde se encontró obtener un valor menor o igual a 25%.

#### **Procesamiento y análisis de datos.**

Se construyó la base de datos en una hoja de cálculo en el programa de Microsoft Excel con las respuestas de los estudiantes con la finalidad de obtener los puntajes generales de cada variable. Luego esta información se trabajó con el programa estadístico el software de acceso libre "Jamovi".

Posteriormente, se usó estadística descriptiva y distribución de frecuencias de porcentajes, con el objetivo de identificar los niveles y dimensiones de ambas variables. Asimismo, con el propósito de verificar la normalidad de los datos se empleó la prueba de Shapiro-Wilk. A partir de los resultados obtenidos, se optó por utilizar la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, con la finalidad de analizar la relación entre las variables de autoeficacia académica y hábitos de estudio. Finalmente, los datos obtenidos fueron organizados y representados en tablas.

### **Resultados y Discusión**

#### **Relación entre la autoeficacia académica y hábitos de estudio**

Los resultados en cuanto a la relación de autoeficacia académica y hábitos de estudio, se obtuvo una correlación positiva moderada ( $r=0.4$ ) y estadísticamente significativa ( $p=0.001$ ) lo que permite asumir que, en esta población, cuando los estudiantes presentan un adecuado uso de hábitos de estudio, mayor es el nivel de autoeficacia académica.

En relación a esto, resulta importante señalar que, al no ser una correlación alta, sugiere que hay otros factores que también influyen en la autoeficacia académica, además de los hábitos de estudio. Esto es consistente con la teoría cognitiva social de Bandura (1997), que propone que la autoeficacia está influenciada por diversas fuentes, como la experiencia directa en situaciones de éxito, observar a otros, recibir apoyo y comentarios de personas importantes, así como por el estado emocional y físico del individuo. Por lo tanto, si bien los hábitos de estudio adecuados contribuyen al desarrollo de la autoeficacia académica, no son el único factor determinante. Otros aspectos, como el apoyo social, las experiencias previas de éxito o fracaso,

y las características individuales de los estudiantes, también desempeñan un papel importante en la configuración de las creencias de autoeficacia (Schunk & Pajares, 2009).

Estos hallazgos concuerdan con lo reportado por Flores (2023), quien encontró una correlación positiva moderada ( $\rho=0.457$ ) y significativa ( $p<0.001$ ) entre los hábitos de estudio y la autoeficacia académica en estudiantes de un instituto tecnológico público de Tacna. Del mismo modo, Cerna (2019) identificó una correlación positiva moderada ( $\rho=0.321$ ) y significativa ( $p<0.001$ ) entre los hábitos de estudio y la autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima.

En tal sentido, cuando los estudiantes poseen hábitos de estudio adecuados, como anotaciones, concentración, administración del tiempo, métodos de estudio y motivación, se sienten más capaces y seguros al momento de enfrentar las tareas y desafíos académicos. Esto, a su vez, fortalece su autoeficacia académica, es decir, la creencia en sus propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción necesarios para alcanzar un determinado resultado académico (Bandura, como se cita en Domínguez y Fernández, 2019).

Asimismo, Gutiérrez y Landeros (2018) afirman que los estudiantes con alta autoeficacia académica poseen más recursos metacognitivos, persisten ante tareas difíciles, obtienen mejores calificaciones y muestran mayor autodisciplina y capacidad para alcanzar sus metas académicas. Por lo tanto, la relación entre los hábitos de estudio y la autoeficacia académica se fundamenta en el hecho de que ambos constructos se influyen mutuamente y son esenciales para el éxito académico.

### Niveles de Autoeficacia académica según sexo

Respecto a los hallazgos de autoeficacia académica según sexo, se observa que tanto en varones como en mujeres el mayor porcentaje se concentra en el nivel medio de la variable. Asimismo, se aprecia una similitud en los porcentajes que presentan en los niveles altos y bajos de la variable (Ver Tabla 1).

Tabla 1

*Niveles de Autoeficacia académica según sexo*

| Nivel de Autoeficacia académica | Sexo   |       |
|---------------------------------|--------|-------|
|                                 | Hombre | Mujer |
|                                 | %      | %     |
| Bajo                            | 24.8   | 25.6  |
| Medio                           | 48.7   | 48.8  |
| Alto                            | 26.5   | 25.6  |

El hecho de que los niveles medios de la variable en ambos sexos sean los más frecuentes, sugiere que, en general, los estudiantes se sienten moderadamente capaces de enfrentar los desafíos académicos y llevar a cabo las acciones necesarias para alcanzar sus metas educativas (Domínguez & Fernández, 2019); pero también pueden experimentar dudas o inseguridades en algunas situaciones académicas, requiriendo apoyo o motivación adicional en ciertos momentos (Schunk & Pajares, 2002).

Es importante destacar que un nivel medio de autoeficacia académica no necesariamente indica un desempeño académico deficiente, sino más bien una percepción moderada de las propias capacidades. Estos estudiantes, independientemente de su sexo, pueden tener un rendimiento académico satisfactorio, pero podrían beneficiarse de intervenciones o estrategias destinadas a fortalecer su confianza y seguridad en el ámbito educativo (Galleguillos, 2017).

Estos hallazgos concuerdan con lo reportado por Marroquín (2022), quien en su estudio con estudiantes de secundaria de Chiclayo encontró que el 48.33% de la población presentaba un nivel medio de autoeficacia académica. Asimismo, con lo reportado por Cerna (2019), quien en su investigación con estudiantes de secundaria en Lima encontró que el 55% de los integrantes presentaba un nivel medio de autoeficacia académica. Del mismo modo con el

estudio realizado por Sulca y Quiroz (2021) en adolescentes escolares de Lima, donde encontraron que el 66.5% de los estudiantes presentaba niveles medios de autoeficacia académica.

Los resultados podrían deberse a que los estudios mencionados fueron realizados en el contexto peruano y con muestras de estudiantes de secundaria, al igual que en esta investigación, quienes poseen factores comunes en el sistema educativo y el contexto sociocultural. Esto sugiere que, en general, los estudiantes peruanos de este nivel educativo tienden a presentar un nivel moderado de creencias en sus propias capacidades para desempeñarse adecuadamente en el ámbito académico.

Por otro lado, los porcentajes de estudiantes que presentan niveles altos y bajos de autoeficacia académica en ambos sexos sugiere que, en la muestra estudiada, existe una proporción semejante de varones y mujeres con creencias firmes y débiles en relación a sus capacidades para enfrentar los desafíos académicos, organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar sus metas educativas, y persistir ante las dificultades (Galleguillos, 2017).

En relación a lo anterior, esto indica que existen estudiantes que tienden a mostrar un mayor compromiso, motivación y resiliencia en el ámbito académico (Honicke & Broadbent, 2016); y también existe una proporción similar de estudiantes son más propensos a evitar tareas desafiantes, mostrar menor persistencia ante las dificultades y experimentar mayores niveles de ansiedad y estrés académico (Schunk & Pajares, 2002). Esto implica que un porcentaje de estudiantes que presentan baja autoeficacia académica podrían enfrentar consecuencias negativas en su desempeño y bienestar académico. Según Bandura (1997), los estudiantes con baja autoeficacia tienden a evitar tareas desafiantes, muestran menor persistencia y esfuerzo ante las dificultades, y pueden experimentar mayores niveles de estrés y ansiedad frente a las demandas académicas. Además, la baja autoeficacia académica se ha relacionado con un menor rendimiento académico, una menor motivación intrínseca y una mayor probabilidad de abandono escolar (Schunk & Pajares, 2009).

Por otra parte, los porcentajes de estudiantes con niveles altos y bajos de autoeficacia académica en ambos sexos también refuerza la idea de que el sexo no es un factor determinante en esta variable, y que otros factores, como las experiencias previas de éxito o fracaso, la retroalimentación recibida y los estados fisiológicos y emocionales, pueden tener una mayor influencia en el desarrollo de la autoeficacia académica (Sulca & Quiroz, 2021).

### **Niveles de Autoeficacia académica según edad**

En relación con los resultados de autoeficacia académica según edad, se observa que en los estudiantes de todas las edades el mayor porcentaje se concentra en el nivel medio de la variable; sobre todo en los jóvenes de 17 años. Asimismo, existe un porcentaje mayor de estudiantes de 15 años que presentan un nivel alto, observándose una tendencia decreciente en relación a la edad (Ver Tabla 2).

Tabla 2

#### *Niveles de Autoeficacia académica según edad*

| Nivel de Autoeficacia académica | Edad |      |      |
|---------------------------------|------|------|------|
|                                 | 15   | 16   | 17   |
|                                 | %    | %    | %    |
| Bajo                            | 22.7 | 28.9 | 16.7 |
| Medio                           | 46.6 | 47.4 | 66.7 |
| Alto                            | 30.7 | 23.7 | 16.7 |

El hecho de que el nivel medio de autoeficacia académica sea el más frecuente en todas las edades sugiere que, en general, los estudiantes, tanto de 15, 16 y 17 años, se sienten moderadamente capaces de enfrentar los desafíos académicos, organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar sus metas educativas (Domínguez & Fernández, 2019).

Por otro lado, el porcentaje significativo de estudiantes de 15 años que presentan un rango alto de autoeficacia académica sugiere que, en este grupo etario, existe una proporción considerable de individuos que confían plenamente en sus habilidades para enfrentar los retos académicos y alcanzar sus metas educativas. Esto podría deberse a que, al estar entrando en la etapa final de la educación secundaria, algunos estudiantes pueden tener expectativas más optimistas sobre sus capacidades académicas, basadas en sus experiencias previas de éxito, o en la retroalimentación positiva recibida por profesores, padres y compañeros (Honicke & Broadbent, 2016).

En relación a esto, es importante también destacar la clara tendencia descendiente observada en el porcentaje de nivel alto conforme a la edad de los estudiantes. En tal sentido, es posible que los estudiantes de 16 y 17 años, al estar más próximos a culminar la educación secundaria y a la transición a la educación superior o al mundo laboral, estarían presentando una mayor exigencia académica, tareas complejas y demandantes (Conley, 2007), así como mayores presiones por cumplir las expectativas de sus padres (Schunk & Pajares, 2002), lo que podría influir en su percepción de autoeficacia.

### Niveles de Hábitos de estudio según sexo

En relación al sexo, tanto en varones como en mujeres el mayor porcentaje se encuentra en el nivel medio, pero se observa que el porcentaje de mujeres con un nivel muy alto duplica, el nivel encontrado en los varones (Ver Tabla 3).

Tabla 3

*Niveles de Hábitos de estudio según sexo*

| Nivel de Hábitos de estudio | Sexo   |       |
|-----------------------------|--------|-------|
|                             | Hombre | Mujer |
|                             | %      | %     |
| Muy bajo                    | 13.3   | 8.1   |
| Bajo                        | 16.8   | 14.0  |
| Medio                       | 46.0   | 41.9  |
| Alto                        | 14.2   | 17.4  |
| Muy alto                    | 9.7    | 18.6  |

El hecho de que en ambos sexos el mayor porcentaje se concentre en el nivel medio de hábitos de estudio sugiere que la mayoría de los estudiantes, tanto varones como mujeres, presentan un desarrollo moderado de las estrategias y técnicas que emplean para adquirir conocimientos de manera eficaz (Vicuña, como se cita en Zarate, 2018). Esto significa que, en general, los estudiantes de ambos sexos han adquirido y aplicado algunos hábitos de estudio adecuados, pero aún tienen espacio para mejorar y consolidar estas prácticas.

Además, se observa que un porcentaje considerable de mujeres presenta un nivel alto de hábitos de estudio, lo que sugiere que una proporción importante de las estudiantes ha desarrollado y aplicado estrategias de aprendizaje efectivas y consistentes (Vicuña, como se cita en Zarate, 2018). Esto podría deberse a diversos factores, como las expectativas y roles sociales asociados al sexo femenino pueden influir en la forma en que las estudiantes abordan su aprendizaje y desarrollo académico. En muchas sociedades, se espera que las mujeres sean más dedicadas, comprometidas y exitosas en el ámbito educativo, lo que puede generar una mayor presión para cumplir con estos estándares y, a su vez, impulsar a las estudiantes a adoptar y mantener buenos hábitos de estudio (Cerezo & Casanova, 2004).

Asimismo, otro factor que explicaría este resultado son las estrategias de afrontamiento académico, ya que, según Caso-Niebla y Hernández-Guzmán (2007), las estudiantes mujeres tienden a utilizar estrategias de afrontamiento más adaptativas y orientadas a la resolución de problemas, como la búsqueda de apoyo social, la planificación y la regulación emocional. En tal sentido, estas estrategias pueden favorecer el desarrollo y mantenimiento de hábitos de estudio efectivos.

### Niveles de Hábitos de estudio según edad

En relación a los resultados de hábitos de estudio según edad, se observa que, en los estudiantes de las tres edades, el mayor porcentaje se concentra en el nivel medio de la variable. Además, se observa un porcentaje considerable de estudiantes de 15 años con un nivel muy alto, pero a su vez, se evidencia una tendencia decreciente conforme aumenta la edad. Asimismo, se observa porcentajes significativos en el nivel muy bajo en las edades de 15 y 16 años (Ver Tabla 4)

Tabla 4

*Niveles de Hábitos de estudio según edad*

| Nivel de Hábitos de estudio | Edad |      |      |
|-----------------------------|------|------|------|
|                             | 15   | 16   | 17   |
|                             | %    | %    | %    |
| Muy bajo                    | 9.1  | 14.4 | 0.0  |
| Bajo                        | 15.9 | 14.4 | 25.0 |
| Medio                       | 44.3 | 44.3 | 41.7 |
| Alto                        | 13.6 | 15.5 | 25.0 |
| Muy alto                    | 17.0 | 11.3 | 8.3  |

El hecho de que en las tres edades el nivel medio de hábitos de estudio sea el más frecuente sugiere que la mayoría de los estudiantes, independientemente de su edad, presentan un desarrollo moderado de las estrategias y técnicas que emplean para adquirir conocimientos de manera eficaz (Vicuña, 1998). Esto implica que, en general, los estudiantes de 15, 16 y 17 años han adquirido y aplicado algunos hábitos de estudio adecuados, pero aún tienen espacio para mejorar y consolidar estas prácticas.

Es interesante notar que un porcentaje considerable de estudiantes de 15 años de edad presenta un nivel muy alto de hábitos de estudio, lo que sugiere que una proporción importante de esta muestra ha desarrollado y aplicado estrategias de aprendizaje altamente efectivas y consistentes. Sin embargo, se evidencia una tendencia decreciente en relación a la edad, lo que podría indicar que, a medida que los estudiantes avanzan en su trayectoria escolar, pueden enfrentar mayores desafíos y demandas académicas que dificultan el mantenimiento de hábitos de estudio óptimos (Capdevila-Seder & Bellmunt-Villalonga, 2016).

Esta tendencia a que disminuyan los niveles de hábitos de estudio podría estar relacionada con diversos factores, como el aumento de la carga académica, la mayor complejidad de los contenidos, la presión por la elección de carrera y la preparación para los exámenes de admisión a la educación superior (Salazar & Chumpitaz, 2013). Estos desafíos pueden generar estrés y dificultades para mantener hábitos de estudio consistentes y efectivos, especialmente en los estudiantes de mayor edad.

Por otro lado, los porcentajes de estudiantes con un nivel muy bajo de hábitos de estudio en las edades de 15 y 16 años sugieren que una proporción considerable de estos grupos enfrenta serias dificultades para desarrollar y aplicar estrategias de aprendizaje efectivas; lo que traería consecuencias negativas para su rendimiento académico, bienestar emocional (sentimientos de frustración y baja autoestima) y permanencia en el sistema educativo (deserción escolar) (Cabrera & Cruz, 2019; Zárate et al., 2018). Estos resultados podrían deberse a diversos factores, como la falta de orientación y apoyo en el desarrollo de hábitos de estudio, la

influencia de distractores externos (por ejemplo, el uso excesivo de tecnología y redes sociales), y la falta de motivación o interés en el aprendizaje (Cabrera & Cruz, 2019).

### **Relación entre las dimensiones autoeficacia académica con dimensiones de hábitos de estudio.**

Los resultados de la correlación de Spearman revelan la existencia de relaciones estadísticamente significativas positivas bajas entre algunas dimensiones de la autoeficacia académica y ciertas dimensiones de los hábitos de estudio en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. Específicamente, se encontraron correlaciones significativas entre las expectativas de resultados y "cómo estudias" ( $\rho=0.306$ ,  $p<0.001$ ), las expectativas de autoeficacia percibida y "cómo estudias" ( $\rho=0.357$ ,  $p<0.001$ ), las expectativas de la situación y "cómo escuchas las clases" ( $\rho=0.308$ ,  $p<0.001$ ), y las expectativas de la situación y "cómo haces tus tareas" ( $\rho=0.386$ ,  $p<0.001$ ).

Tabla 5

*Relación entre las dimensiones de autoeficacia académica con las dimensiones de hábitos de estudio*

| Dimensiones de hábitos de estudio     | Expectativas de la situación |       | Expectativas de resultados |       | Expectativas de autoeficacia percibida |       |
|---------------------------------------|------------------------------|-------|----------------------------|-------|--|-------|
|                                       | $\rho$                       | p     | $\rho$                     | p     | $\rho$                                 | p     |
| Como estudias                         | 0.006                        | 0.931 | 0.306                      | <.001 | 0.357                                  | <.001 |
| Como haces tus tareas                 | 0.386                        | <.001 | 0.077                      | 0.283 | 0.061                                  | 0.396 |
| Como preparas tus exámenes            | 0.119                        | 0.095 | 0.096                      | 0.176 | 0.066                                  | 0.354 |
| Como escuchas las clases              | 0.308                        | <.001 | 0.182                      | 0.01  | 0.171                                  | 0.016 |
| Qué acompaña tus momentos de estudios | 0.21                         | 0.003 | 0.088                      | 0.217 | 0.1                                    | 0.159 |

Estos hallazgos se podrían explicar por la teoría cognitiva social de Bandura (1997), argumenta que las creencias de autoeficacia en sus tres dimensiones (expectativas de la situación, resultados esperados y percepción de autoeficacia) influyen significativamente en el comportamiento y logros académicos de los individuos. Según Bandura, las expectativas de resultados se refieren a las creencias sobre las consecuencias de las acciones, las expectativas de autoeficacia percibida se relacionan con las creencias sobre la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar un determinado resultado, y las expectativas de la situación hacen referencia a la percepción del entorno y los recursos disponibles. Estas creencias de autoeficacia pueden contribuir al desarrollo de hábitos de estudio efectivos, como la adopción de estrategias de aprendizaje adecuadas, la atención en clase y la realización de tareas.

En resumen, los datos obtenidos de este estudio subrayan la relevancia de tener en cuenta las diferentes facetas de las dimensiones de la autoeficacia académica en el diseño de intervenciones educativas destinadas a mejorar los hábitos de estudio y el desempeño académico de los estudiantes de secundaria.

Además de la teoría cognitiva social de Bandura, otros autores han destacado la importancia de la autoeficacia en el contexto académico y su relación con los hábitos de estudio. Zimmerman (2000) señala que los estudiantes con alta autoeficacia académica tienden a mostrar

un mayor compromiso, persistencia y esfuerzo en las tareas escolares, lo que puede contribuir al desarrollo de hábitos de estudio efectivos.

Por su parte, Schunk y Ertmer (2000) indican que la autoeficacia influye en la selección de actividades, el esfuerzo invertido y la persistencia ante los desafíos, factores que están estrechamente relacionados con los hábitos de estudio.

Es importante destacar que, si bien las correlaciones encontradas son estadísticamente significativas, su magnitud varía de baja a muy baja. Esto sugiere que, aunque existe una relación entre las dimensiones de la autoeficacia académica y los hábitos de estudio, hay otros factores que también pueden influir en el desarrollo y mantenimiento de estos hábitos, como la motivación intrínseca, el apoyo familiar, las estrategias de enseñanza utilizadas por los docentes y las características individuales de los estudiantes (Capdevila-Seder & Bellmunt-Villalonga, 2016).

### **Conclusiones**

Se concluye que existe una relación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la autoeficacia académica y los hábitos de estudio en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.

En relación al nivel de autoeficacia académica, se concluye que tanto en varones como en mujeres la mayor frecuencia se concentra en el nivel medio de la variable. Además, en todas las edades evaluadas destaca el nivel medio, sobre todo en los estudiantes de 17 años.

En cuanto a los hábitos de estudio según sexo, los niveles medios son los más frecuentes tanto en hombres como en mujeres. Respecto a la edad, en los tres grupos etarios el mayor porcentaje se ubica en el nivel medio, aunque se observa un porcentaje considerable de alumnos de 15 años con un nivel muy alto, evidenciándose una tendencia decreciente en relación a la edad.

Existen correlaciones significativas del nivel bajo entre las dimensiones de autoeficacia académica “expectativas de resultados” y “autoeficacia percibida” con la dimensión de hábitos de estudio “cómo estudias”. Del mismo modo, la dimensión de autoeficacia académica “expectativas de la situación” con las dimensiones de hábitos de estudio “cómo escuchas las clases” ( $\rho=0.308$ ) y “cómo haces tus tareas”.

### **Recomendaciones**

Se recomienda realizar futuras investigaciones que exploren otros factores que podrían estar relacionados con la autoeficacia académica y los hábitos de estudio, como la motivación, el apoyo familiar, metodologías de enseñanza aplicadas por los docentes y las características de la institución educativa. Esto proporcionará una comprensión más amplia de estas variables y permitirá desarrollar intervenciones más integrales.

Además, se sugiere ampliar la muestra para incluir estudiantes de diferentes niveles educativos, desde primaria hasta educación superior, con el fin de alcanzar una visión más completa de cómo la autoeficacia académica y los hábitos de estudio se desarrollan y se relacionan en la trayectoria educativa.

Asimismo, se sugiere realizar estudios comparativos entre diferentes contextos culturales y sistemas educativos para examinar cómo los factores socioculturales influyen en la relación entre autoeficacia académica y hábitos de estudio.

### Referencias

- Adanaqué, M. (2016). *Relación entre la autoeficacia académica y rendimiento en la asignatura de Metodología de la Investigación de los estudiantes del programa "CPEL" para personas con experiencia laboral de la Universidad San Ignacio de Loyola-2015*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú]. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7401/Adanaque\\_rm.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7401/Adanaque_rm.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Alva, R. (2022). *Motivación académica y hábitos de estudio en adolescentes escolares de un centro educativo público del Callao* [Tesis de licenciatura, Universidad Norbert Wiener]. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/7461>
- American Psychological Association. (2020). *Publication Manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/333>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Barraza, A. (2010). Validación de inventario de expectativas de autoeficacia académica en tres muestras secuenciales independientes. CPU-e. *Revista de Investigación Educativa*, (10), 1-30. <https://www.redalyc.org/pdf/2831/283121719001.pdf>
- Cabrera, L. S., & Cruz, C. E. (2019). *Implementación de un programa de hábitos y técnicas de estudio para mejorar el proceso de adquisición del aprendizaje de los estudiantes de quinto AEGB de la Escuela Fiscal Mixta Juan Genaro Jaramillo de la Cdl.* [Tesis de licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/16718>
- Cano, Y. (2016). *Hábitos de estudio, autoestima y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE-Facultad de Educación-UNMSM, 2015*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú]. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/5669>
- Capdevila-Seder, A., & Bellmunt-Villalonga, H. (2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Educatio Siglo XXI*, 34(1), 157-172. <https://doi.org/10.6018/j/253261>
- Cardich, R. (2019) *Hábitos de estudio y nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes del nivel secundaria pertenecientes al Programa de Bachillerato Internacional*. [Tesis doctoral. Universidad Nacional de San Marcos. Lima, Perú]. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10474/Cardich\\_sr.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10474/Cardich_sr.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

- Cenepo, J. A. (2013). *Hábitos de estudios en los estudiantes del seminario de los padres agustinos-Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Particular Cesar Vallejo, Trujillo, Perú]. <http://www.academia.edu/7664423/ESQUEMA>
- Cerna, C. (2019). *Autoeficacia académica y hábitos de estudio en estudiantes de nivel secundaria de colegio nacional del distrito de Carabayllo-Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37628>
- Cheng, Y. (2020). Academic self-efficacy and assessment. *International Journal of Experimental Educational Psychology*, 40(4), 389-391. <https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1755501>
- Cerezo, M. T., & Casanova, P. (2004). Diferencias de género en la motivación académica de los alumnos de educación secundaria obligatoria. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 2(1), 97-112.
- Conley, D. T. (2007). *Redefining college readiness*. Eugene, OR: Educational Policy Improvement Center.
- Cueva, E. (2019) *Hábitos de estudio y estrés escolar en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la IEP Santa Anita, 2019. Lima*. [Tesis de posgrado. Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/37901>
- Domínguez, L. & Fernández, A. (2019). Autoeficacia académica en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21, 1-13. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e32.2014>
- Flores, J. (2023). *Hábitos de estudio y autoeficacia académica en estudiantes de un instituto tecnológico público de Tacna*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. <http://repositorio.upt.edu.pe/handle/UPT/1837>
- Galleguillos, P. (2017). *Construcción y validación de la escala Autoeficacia académica de los escolares (ACAES) en Villa del Mar, Chile*. [Tesis de doctorado. Universidad de Granada]. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/47229>
- García, Z. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Revista Boletín Redipe*, 8 (10), 75-88. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/833>
- Grados, J. & Alfaro, R. (2013). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1er año de Psicología de la universidad Peruana Unión, Lima, Perú. *Revista Científica Ciencias de la Salud*, 6(2), 48-53. [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud/article/view/1032/1001](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1032/1001)
- Gutiérrez, A. & Landeros, M. (2018). Autoeficacia académica y ansiedad, como incidente crítico, en mujeres y hombres universitarios. *Revista Costarricense de Psicología*, 37

- (1), 1-25. [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1659-29132018000100001](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-29132018000100001)
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas, cuantitativa, cualitativa y mixta*. México D.F: MacGraw-Hill Interamericana. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Honicke, T. & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: a systematic review. *Educ. Res. Rev.* 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Ludeña, H. J. (2022). *Procrastinación y auto eficacia académica en estudiante de 3 a 5 año de secundaria en instituciones educativas públicas de la UGEL 07*. [Tesis de licenciatura de la Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2006>
- Ortega, V. (2012). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa del Callao*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima]. <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/b2f2af80-91d3-4c74-96e5-20ba26d45c41>
- Palacios, S. (2017). *Hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del Colegio de Alto Rendimiento de Piura durante el año escolar 2016*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Piura, Perú]. <https://pirhua.udep.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/d4610a94-a7d1-4078-aad3-58b5e012b548/content>
- Papalia, D., Feldman, R. & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. (12<sup>a</sup> Ed.). México: McGrawHill <https://psicologoseducativosgeneracion20172021.files.wordpress.com/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>
- Portilla, K. (2018). *Autoeficacia y rendimiento académico en alumnos de 1° y 2° año de secundaria de un colegio privado de Lima*. [Tesis de Licenciatura de Universidad San Martín de Porres]. <file:///C:/Users/Windows10/Downloads/portillaaa.pdf>
- Ramírez, P. (2017). [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/16422>

- Robles, H. (2018). *Validación de la escala de autoeficacia académica (ESSA) en estudiantes universitarios de Lima*. [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n1.2115>
- Robles, H. (2020). Escala de autoeficacia académica en estudiantes universitarios en Lima. *Avances en Psicología*. Ene-Jul.2020, Vol.28.N1:pp.99 99-107. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n1.2115>
- Rosado, M. & Flores, A. (2023). *Estrés académico y autoeficacia en estudiantes universitarios de la carrera de psicología en una universidad privada de Arequipa*. [Tesis de licenciatura, Universidad Tecnológica del Perú]. [file:///C:/Users/Windows10/Downloads/M.Rosado\\_A.Flores\\_Tesis\\_Titulo\\_Profesional\\_2023%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Windows10/Downloads/M.Rosado_A.Flores_Tesis_Titulo_Profesional_2023%20(1).pdf)
- Salazar, M. & Chumpitaz, F. (2013). *Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de ciencias de la UNASAM, semestre 2010 – II*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo de Huaraz, Perú]. <http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/1131/T05EI%200048%202014.pdf?sequence=1>
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In A. Wigfield & J. S. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation* (pp. 15-31). *Academic Press*. <https://doi.org/10.1016/B978-012750053-9/50003-6>
- Sulca Quispe, R. E., & Quiroz Noriega, G. E. (2021). Autoeficacia académica y rendimiento escolar en adolescentes. (2022). *Balances*, 9(13), 55-59. <https://revistas.unas.edu.pe/index.php/Balances/article/view/250>
- Tito, I. (2019). *Hábitos de estudio en adolescentes de tres instituciones educativas de lima sur con alta y baja motivación académica*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú,]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/724/Tito%20Calderon%20Irene%20Mercedes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Valverde, O. (2011). *Las creencias de autoeficacia en la práctica pedagógica del docente universitario de humanidades, ciencias sociales, educación y ciencias contables, económicas y administrativas*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Valencia, España]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=94236>
- Vásquez, K. (2015). *Relación entre la autoeficacia y los hábitos de estudio, con el rendimiento académico de estudiantes de 6o. grado de primaria matutina del colegio Externado de*

- San José*. [Tesis para obtener el grado académico de magíster en educación y aprendizaje, Universidad Rafael Landívar, Guatemala]. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/83/Vasquez-Karen.pdf>
- Vicuña Peri, L. (1998). *Inventario de hábitos de estudio*. Lima: Editorial CEDEIS.
- Vildoso, N. (2016). *Agresividad y autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de tres instituciones públicas del distrito de Ventanilla – 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo] <https://hdl.handle.net/20.500.12692/1269>
- Villegas, M. (2018). *Procrastinación y autoeficacia académica en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Simón Bolívar de Tarapoto, 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/25462>
- Zárate, B. C. (2018). *Hábitos de estudio en estudiantes del primer al tercer grado de secundaria en la institución educativa Prolog del distrito de San Juan de Miraflores 2017*. [Tesis de licenciatura de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <file:///C:/Users/Windows10/Downloads/zarateeeee.pdf>

**Anexos****Anexo A***Confiabilidad del Instrumento de escala de autoeficacia académica (EASS)*

| Variable               | Confiabilidad $\alpha$ |
|------------------------|------------------------|
| Autoeficacia académica | 0.819                  |

**Anexo B***Confiabilidad del Inventario de Hábitos de Estudios*

| Variable           | Confiabilidad $\alpha$ |
|--------------------|------------------------|
| Hábitos de estudio | 0.834                  |

## Anexo C


**PERÚ** Ministerio de Educación

Institución Educativa Emblemática  
**"Juan Manuel Iturregui"**  
 — Lambayeque —

Código modular  
 0340230 (primaria)  
 0452509 (secundaria)

*Disciplina, estudio y trabajo*

"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA  
 CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "JUAN  
 MANUEL ITURREGUI",

**AUTORIZA**  
 I.E.

A la Sra. **Estrella Estefany Brighth MORE  
 ROQUE**, estudiante de Psicología, quien realizará su investigación  
 denominada "Autoeficacia académica y hábitos de estudio en  
 estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundaria en nuestra  
 institución educativa.

Lambayeque 22 de marzo 2024

  
 DIRECTOR

LAMBAYEQUE

Creado por ley N°10262 (27 de octubre de 1945)

Andrés Avelino Cáceres N° 148 - Lambayeque  
 Teléfono (074) 618844

<http://iturreguino.wix.com/1945> — [i.j.m.iturregui\\_2010@hotmail.com](mailto:i.j.m.iturregui_2010@hotmail.com)  
[mesadepartes.iturregui@gmail.com](mailto:mesadepartes.iturregui@gmail.com)

## Anexo D

**INVENTARIO DE EXPECTATIVAS DE AUTOEFICACIA ACADÉMICA**

Robles Mori Herbert

**Instrucciones:** A continuación, se presentan una serie de afirmaciones relacionadas con lo que normalmente hace, o puede hacer durante sus estudios. En cada caso marque con una X el número que corresponda al grado de seguridad que tiene de poder realizarlo tomando en cuenta los valores establecidos.

| Nº | ITEMS   | Totalment<br>e de<br>acuerdo | De acuerdo | Indiferente | En<br>desacuerdo | Totalmente en<br>desacuerdo |
|----|---|------------------------------|------------|-------------|------------------|-----------------------------|
| 1  | Puedo controlar mis emociones en situaciones académicas                                     |                              |            |             |                  |                             |
| 2  | Mis calificaciones son consecuencia de la forma de enseñar de los docentes en clase.        |                              |            |             |                  |                             |
| 3  | Tengo la capacidad intelectual para afrontar cualquier situación académica, en mis estudios |                              |            |             |                  |                             |
| 4  | Puedo solucionar los problemas académicos que se presenten                                  |                              |            |             |                  |                             |
| 5  | Mis calificaciones son consecuencia del comportamiento de mi familia.                       |                              |            |             |                  |                             |
| 6  | En situaciones académicas difíciles mantengo la calma                                       |                              |            |             |                  |                             |
| 7  | Puedo dirigir mis metas académicas si le pongo esfuerzo.                                    |                              |            |             |                  |                             |
| 8  | Puedo solucionar dificultades académicas.   |                              |            |             |                  |                             |
| 9  | Puedo afrontar cualquier meta académica que se me presente                                  |                              |            |             |                  |                             |
| 10 | Continúo en mis metas académicas hasta alcanzarlas  |                              |            |             |                  |                             |
| 11 | Mis calificaciones son producto de cuánto dinero tengo para los estudios.                   |                              |            |             |                  |                             |
| 12 | Mis calificaciones son el resultado de los materiales que usa el docente.                   |                              |            |             |                  |                             |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 13 | Mis logros académicos dependen del entorno y de los demás.                                   |  |  |  |  |  |
| 14 | Por mi dedicación, soy capaz de afrontar cualquier situación académica.                      |  |  |  |  |  |
| 15 | Me siento seguro(a), al afrontar retos académicos en grupos de trabajo.                      |  |  |  |  |  |
| 16 | Gracias a mis habilidades puedo superar cualquier situación académica                        |  |  |  |  |  |
| 17 | Poseo la capacidad para auto motivarme para el estudio                                       |  |  |  |  |  |
| 18 | Mis calificaciones son consecuencia de que tan comprometidos estén mis compañeros de grupo   |  |  |  |  |  |
| 19 | Mis logros académicos dependen de mis habilidades personales.                                |  |  |  |  |  |
| 20 | Soy capaz de aprender en diversas situaciones académicas.                                    |  |  |  |  |  |
| 21 | Me siento confiado(a) al enfrentar nuevos retos académicos en mis estudios                   |  |  |  |  |  |
| 22 | Puedo solucionar cualquier problema académico que se me presente.                            |  |  |  |  |  |
| 23 | Mis calificaciones son consecuencia de que tan bien o mal le caigo al docente                |  |  |  |  |  |
| 24 | Busco iniciativas para afrontar una tarea.   |  |  |  |  |  |
| 25 | Tengo habilidades personales que me ayudan a lograr mis metas académicas                     |  |  |  |  |  |
| 26 | Puedo guiar mis metas académicas si le pongo interés.  |  |  |  |  |  |
| 27 | Mis calificaciones son el resultado de lo implementado que estén las aulas y/o laboratorios. |  |  |  |  |  |
| 28 | Tengo la capacidad para ser el primero en mi clase.  |  |  |  |  |  |

**Anexo E**

**INVENTARIO DE HABITOS DE ESTUDIO CASM 85**

Vicuña Peri, Luis Alberto

**Instrucciones:** Este es un inventario de Hábitos de Estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole su mayor éxito en el estudio. Para ello solo tienes que poner una “X” en el cuadro que mejor describa su caso particular; PROCURE CONTESTAR NO SEGÚN LO QUE DEBERIA HACER O HACEN SUS COMPAÑEROS SINO DE LA FORMA COMO USTED ESTUDIA.

| N° | ITEMS   | SIEMPRE | NUNCA |
|----|---|---------|-------|
| 1  | Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes                                      |         |       |
| 2  | Subrayo las palabras cuyo significado no sé.  |         |       |
| 3  | Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo   |         |       |
| 4  | Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no sé.                                |         |       |
| 5  | Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.                                  |         |       |
| 6  | Luego escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.  |         |       |
| 7  | Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.                               |         |       |
| 8  | Tarto de memorizar todo lo que estudio.   |         |       |
| 9  | Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas.  |         |       |
| 10 | Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.   |         |       |
| 11 | Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.                               |         |       |
| 12 | Estudio sólo para los exámenes  |         |       |
| 13 | Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro                             |         |       |
| 14 | Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido.                      |         |       |
| 15 | Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado.               |         |       |
| 16 | Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.                     |         |       |
| 17 | En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos. |         |       |
| 18 | Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.               |         |       |
| 19 | Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.      |         |       |
| 20 | Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.   |         |       |
| 21 | Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.                                |         |       |
| 22 | Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.                  |         |       |
| 23 | Estudio por lo menos dos horas todos los días.  |         |       |
| 24 | Espero que se fije fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar.   |         |       |
| 25 | Cuando hay paso oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes.                            |         |       |

|    |   |  |  |
|----|---|--|--|
| 26 | Me pongo a estudiar el mismo día del examen.  |  |  |
| 27 | Repaso momentos antes del examen.   |  |  |
| 28 | Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema.  |  |  |
| 29 | Confío en que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen.                              |  |  |
| 30 | Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.         |  |  |
| 31 | Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil. |  |  |
| 32 | Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.                         |  |  |
| 33 | Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.                                |  |  |
| 34 | Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor.   |  |  |
| 35 | Solo tomo apuntes de las cosas más importantes.   |  |  |
| 36 | Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes.   |  |  |
| 37 | Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado.                   |  |  |
| 38 | Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.   |  |  |
| 39 | Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas   |  |  |
| 40 | Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.   |  |  |
| 41 | Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.                               |  |  |
| 42 | Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.                                       |  |  |
| 43 | Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.   |  |  |
| 44 | Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida.                                      |  |  |
| 45 | Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.  |  |  |
| 46 | Requiero de música sea del radio o equipo de audio (mp3, mp4)   |  |  |
| 47 | Requiero la compañía de la TV.  |  |  |
| 48 | Requiero de tranquilidad y silencio   |  |  |
| 49 | Requiero de algún alimento que como mientras estudio.   |  |  |
| 50 | Mi familia; que conversan, ven TV o escuchan música.  |  |  |
| 51 | Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor.  |  |  |
| 52 | Interrupciones de visitas, amigos, que me quitan tiempo.  |  |  |
| 53 | Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.   |  |  |

## Anexo F



**CONSEJO DE FACULTAD**  
**RESOLUCIÓN N° 105-2024-USAT-FMED**  
**Chiclayo, 04 de marzo de 2024**

Vista la solicitud virtual N° TRL-2023-21980 en virtud de la aprobación con fecha 28 de febrero de 2024 por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación de la estudiante MORE ROQUE ESTRELLA ESTEFANY BRIGITH, de la Escuela de Psicología. Asesor: Dra. Beatriz Isabel Ortega Pauta.

**CONSIDERANDO:**

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología.

Que el proyecto de Investigación denominado: **AUTOEFICACIA ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO DEL NIVEL SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, LAMBAYEQUE, 2024**, fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;


**SE RESUELVE:**

Artículo 1º.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.


Artículo 2º.- Dar a conocer la presente resolución a la interesada.

Regístrese, comuníquese y archívese.



  
**Mtro. Jorge Luis Limo Liza**  
 Secretario Académico (e)  
 Facultad de Medicina



  
**Mtro. Sorey Garret Gayoso Dianderas**  
 Decano (e)  
 Facultad de Medicina

## Anexo G

## Consentimiento para participar en un estudio de investigación- padre de familia

**Datos informativos:**

Institución: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
 Investigadores: More Roque, Estrella Estefany Brigith  
 Título:

**Propósito del Estudio:**

Señor padre de familia esta investigación es desarrollada por la investigadora de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, por ello se invita a participar a su menor hijo/a en este estudio, que tiene como finalidad determinar el nivel y dimensiones de Autoeficacia académica y hábitos de estudios y la relación que tienen entre ellas.

**Procedimientos:**

Si usted acepta la participación de su menor hijo/a en este estudio se le pedirá que responda a las preguntas de dos cuestionarios, de aproximadamente 30 minutos de duración en días diferentes.

**Riesgos:**

No existen riesgos por participar en este estudio.

**Beneficios:**

Su hija(o) se beneficiará de una evaluación Psicológica de Autoeficacia académica y hábitos de estudios. Si lo desea se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de las pruebas realizadas. Los costos de todos los instrumentos serán cubiertos por el estudio y no ocasionarán gasto alguno.

**Costos e incentivos**

Usted no deberá pagar nada por la participación de su menor hijo/a en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, únicamente la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento del tema en estudio.

**Confidencialidad:**

La información que se recoja será confidencial y no se usará para otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará información que permita la identificación de las personas que participaron. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

**Uso futuro de la información obtenida:**

La información una vez procesada será eliminada

**Derechos del participante:**

Si usted decide que su menor hijo/a participe en el estudio, y por algún hijo/a desiste, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Estrella Estefany Brigith More Roque (951149816) investigador principal.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo/a ha sido tratado injustamente, puede contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

**CONSENTIMIENTO**

Acepto que mi menor hijo/a participe voluntariamente en este estudio, comprendo en qué consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno de su persona.

**FIRMA/HUELLA DIGITAL**

**Padre/madre o apoderado**

Nombre:

DNI:

**Investigador**

Nombre: Estrella Estefany Brigith More Roque

DNI: 75009886

**Anexo H****Asentimiento para participar en un estudio de investigación****(12 a 17 años)****Datos informativos:**

Institución : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
 Investigadores : More Roque, Estrella Estefany Brigith  
 Título : Autoeficacia académica y hábitos de estudio

**Propósito del Estudio:**

Hola, mi nombre es Estrella Estefany Brigith More Roque, perteneciente a la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Estoy realizando un estudio para conocer el nivel y dimensiones de Autoeficacia académica y hábitos de estudios, así también la relación que tienen entre ellas.

**Procedimientos:**

Si decides participar en este estudio tendrás que responder a dos test de aproximadamente 30 minutos en días diferentes.

**Riesgos:**

No existen riesgos por participar en este estudio.

**Beneficios:**

Te beneficiarás de una evaluación Psicológica de Autoeficacia académica y hábitos de estudio. Si lo desea se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de las pruebas realizadas. Los costos de todos los test serán cubiertos por el estudio y no ocasionarán gasto alguno.

**Costos e incentivos:**

No deberás pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirás dinero por tu participación. Todos los gastos generados en este estudio serán asumidos por el investigador.

**Confidencialidad:**

Se guardará tu información con códigos y no con nombres. Si los resultados son publicados, no se mostrará información que permita la identificación de los participantes. Tus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin tu consentimiento.

**Derechos del participante:**

Si decides participar en el estudio, y si por algún motivo deseas retirarte, puedes hacerlo en cualquier momento sin perjuicio alguno. Si tienes alguna duda adicional, por favor pregunta al personal del estudio, o llama a Estrella Estefany Brigith More Roque (951149816) investigador principal. Si tienes preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o crees que has sido tratado injustamente puedes contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

**Asentimiento:**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en qué consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

---

**Participante**

Nombre:

DNI:

---

**Fecha:**


---

**Investigador**

Nombre: Estrella Estefany Brigith More Roque

DNI: 75009886

---

**Fecha**

**Anexos I***Baremos de autoeficacia académica*

| Baremos      | Autoeficacia académica |
|--------------|------------------------|
| 25 percentil | 96.5                   |
| 50 percentil | 104                    |
| 75 percentil | 111                    |

*Baremos de hábitos de estudio*

| Baremos      | Hábitos de estudio |
|--------------|--------------------|
| 10 percentil | 19                 |
| 25 percentil | 23                 |
| 75 percentil | 36.5               |
| 90 percentil | 40                 |