

Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima, Perú

Study habits and academic performance in first year students of Psychology, Peruvian Union University, Lima, Peru

Juan Carlos Grados Portocarrero¹, Rosa Alfaro Vásquez²

RESUMEN

Objetivo: El objetivo de la presente investigación es determinar si existe relación estadísticamente significativa entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primer año de Psicología de la Universidad Peruana Unión. **Material y Métodos:** El estudio corresponde a un diseño no experimental de tipo descriptivo – correlacional. La muestra estuvo conformada por el total de estudiantes del primer año de la EAP de Psicología (86), de ambos sexos y cuyas edades fluctúan entre los 16 y 35 años. El instrumento de recolección fue el inventario de hábitos de estudio CASM 85, que consta de 52 ítems dividido en cinco dimensiones. La técnica que se usó fue la encuesta. **Resultados:** Con respecto al nivel de rendimiento académico obtenido de acuerdo al promedio ponderado, se encontró que el 46,5% de los alumnos evaluados presenta un nivel regular de rendimiento académico, el 10,5% presenta un nivel bajo, y un 43,0% presenta un nivel alto de rendimiento académico. Por otro lado, se encontró que el 34,9% de los alumnos presenta una tendencia positiva en sus hábitos de estudio, el 24,4% presenta un nivel con tendencia negativa, y el 22,1% se encuentra en el nivel positivo respecto a sus hábitos de estudio. **Conclusiones:** Los resultados demuestran que existe una correlación estadísticamente significativa entre hábitos de estudio y rendimiento académico (sig.=.00, p<0.05), es decir cuánto más adecuados sean los hábitos de estudio, mayor será el nivel de rendimiento académico.

Palabras claves: Hábitos de estudio, rendimiento académico.

SUMMARY

Objective: Determine the relationship between conflict negotiation styles and sexual satisfaction. **Methods:** The design is not experimental, Cross-sectional study and correlational style. The population is constituted for person's married Adventist denomination whom ages range between 24 and 75 years. The sample of the population in studies was estimated using non-probability procedures amounting to 67 subjects. It used The Negotiation Styles Inventory of Conflict and of Levinger and Pietromonaco which has 30 items and measures four styles; and the Sexual Satisfaction Inventory from Alvarez-Gayou, Honold and Millan, with 29 items, and classified into three levels. **Results:** With respect to academic achievement obtained according to the weighted average, we found that 46.5% of students tested has a regular level of academic performance, 10.5% have a low level, and 43.0% has a high level of academic achievement. On the other hand it was found that 34.9% of students presents a positive trend in their study habits, 24.4% has a negative trend level, and 22.1% are in the positive level regarding their study habits. **Conclusions:** Both study variables have some relationship. Specifically the collaborative style and avoidance is positively correlated with sexual satisfaction, as opposed to accommodation and competition styles have no relation to sexual satisfaction.

Keywords: Study habits, academic performance

¹ Psicólogo especialista del Programa Jóvenes Líderes, Ministerio Público –Fiscalía de la Nación, Lima, Perú.

² Directora Académica de la EAP de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

INTRODUCCIÓN

Uno de los mayores desafíos que tienen los estudiantes de nivel superior es desarrollar adecuados hábitos de estudio que les permitan alcanzar sus metas académicas y aprovechar al máximo las diferentes asignaturas del currículo universitario.

Se entiende por hábitos de estudio a la costumbre de estudiar con cierta frecuencia y de forma sistemática utilizando procedimientos y técnicas que permitan obtener el mayor provecho de las horas de estudio (Álvarez y Fernández, 1999).

Los estudiantes ingresan a la universidad con inadecuados hábitos de estudio empleando como principal estrategia de estudio el memorismo, lo cual es insuficiente en el ámbito universitario ya que tienen que integrar una amplia gama de conocimientos, (Mena, Golbach y Véliz, 2009).

Esta deficiencia en los hábitos de estudio se debe a múltiples factores entre los cuales se destaca en primer lugar el desconocimiento de los adecuados hábitos de estudio, desinterés de los padres por las actividades académicas y formación universitaria de sus hijos, falta de motivación a mejorar la forma de estudiar y una metodología educativa que incentiva la repetición y memorismo de contenidos (Vildoso, 2003).

Por otro lado, en los diferentes niveles educativos se está presentando con mayor frecuencia el bajo rendimiento académico de los estudiantes peruanos (Palacios, 2007). Esta realidad es preocupante ya que el mundo globalizado y moderno exige cada vez más profesionales competentes tanto a nivel intelectual como técnico (Garbanzo, 2007; Díaz, Peio, Arias, Escudero, Rodríguez y Vidal, 2002).

Ante esta realidad es importante considerar que los hábitos de estudio influyen significativamente en el rendimiento académico, teniendo un elevado poder de predicción sobre el éxito del mismo (Escalante, Escalante, Linzaga y Merlos, 2008). En tal sentido el estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre “Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima – 2013”.

MATERIAL Y MÉTODOS

El presente trabajo de investigación fue de diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional.

La muestra estuvo conformada por el 90% de la población de estudiantes del primer año de Psicología de ambos sexos y cuyas edades fluctúan entre los 16 y 35 años, haciendo un total de 86 estudiantes.

Se utilizó el muestreo no probabilístico intencional, donde se aplicó el instrumento cumpliendo los criterios de inclusión y exclusión. Dicho instrumento fue el inventario de hábitos de estudio CASM 85 elaborado por Vicuña, (1985) y revisado el año 2005.

La fiabilidad de consistencia interna se realizó utilizando la ecuación de Kuder – Richardson cuyo resultado de los respectivos coeficientes indican una excelente confiabilidad ($R=0.97$) para la consistencia interna.

El inventario de hábitos de estudio CASM – 85 puede ser administrado de forma individual o colectiva, con una duración de 15 a 20 minutos aproximadamente. Está constituido por 52 ítems cuya respuesta es cerrada de tipo dicotómica (siempre o nunca), distribuidos en cinco áreas o dimensiones redefinidas por Cunza (2012), de la siguiente manera: Métodos y Técnicas Generales de Estudio constituido por 12 ítems; Realización de trabajos, constituido por 10 ítems; Preparación de los exámenes, constituido por 11 ítems; Apuntes en clase que cuenta con 12 ítems; y Acompañamiento al estudio, que incluye 7 ítems.

Las respuestas se califican dicotómicamente: uno (1) y cero (0); una vez que el alumno haya terminado de contestar se califica poniendo un punto a las respuestas que representan adecuados hábitos de estudio y cero a las respuestas que denotan hábitos de estudio inadecuados.

Para medir el rendimiento académico se tomó el registro de notas que tiene validez legal para garantizar la superación del estudiante en las diferentes materias del currículo universitario, en el cual se detallan los nombres y apellidos del alumno, código de matrícula, asignaturas de cada ciclo y sus respectivas calificaciones.

El análisis se efectuó utilizando el software estadístico SPSS, versión 20.0. Recolectada la información se transfirió a la matriz de datos del software estadístico para su respectivo análisis. Posteriormente se presentó los resultados en tablas tras la realización de las pruebas estadísticas pertinentes al presente tipo y diseño de investigación.

RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de rendimiento académico de los estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima - 2012.

Nivel	n	%
Bajo	9	10,5%
Regular	40	46,5%
Alto	37	43,0%
Total	86	100%

Con respecto al nivel de rendimiento académico, obtenido de acuerdo al promedio ponderado, se aprecia en la tabla 2, que el 46,5% de los alumnos evaluados

presenta un nivel regular de rendimiento académico, el 10,5% presenta un nivel bajo, y un 43,0% presenta un nivel alto de rendimiento académico.

Tabla 2

Nivel de hábitos de estudio de los estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima - 2012.

Nivel	n	%
Negativo	4	4,7%
Tendencia (-)	21	24,4%
Tendencia (+)	30	34,9%
Positivo	19	22,1%
Muy positivo	12	14,0%
Total	86	100%

En la tabla 2 se observa que el 34,9% de los alumnos presenta una tendencia positiva en sus hábitos de estudio, el 24,4% presenta un nivel con

tendencia negativa, y el 22,1% se encuentra en el nivel positivo respecto a sus hábitos de estudio.

Tabla 3

Análisis de correlación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en alumnos de 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima - 2012.

	Hábitos de estudio	
	Tau b Kendall	Sig.
Rendimiento académico	,356	,000*

** La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Como se observa en la Tabla 3, el coeficiente de correlación Tau b de Kendall muestra una correlación moderada (tau b = 0.36), con un error probabilístico de 0.0%, lo cual es menor al nivel de significancia establecido ($\alpha = .000 < .05$), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Esto indica que existe una relación estadísticamente significativa entre hábitos de estudio y rendimiento académico. Es decir, cuanto más adecuados sean los hábitos de estudio, mayor será el nivel de rendimiento académico.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos nos muestran que la mayoría de los estudiantes, en lo que respecta a sus hábitos de estudio, se ubican en un nivel de tendencia positiva (34,9%) y tendencia negativa (24,4%). Al observar los porcentajes obtenidos desde el nivel negativo hasta la tendencia positiva, el resultado es significativo, lo cual indica que el 64,0% de los alumnos deben corregir sus hábitos de estudio, ya que las técnicas y formas habituales de recoger

información y realizar trabajos les impide obtener mejores resultados y alcanzar sus metas trazadas en el ámbito académico, estos resultados se aproximan a los obtenidos por la investigación de Vildoso, (2003).

En cuanto al rendimiento académico, se encontró que el 10,5% de los estudiantes se ubican en el nivel bajo lo cual indica, tal como lo dice (Vildoso, 2003), que los alumnos no han alcanzado satisfactoriamente sus metas académicas y, por lo tanto, su preparación profesional es deficiente.

El 46,5% de los estudiantes se encuentran en el nivel regular de rendimiento académico, cuyos resultados se asemejan a los encontrados por Palacios (2007), lo cual indica que estos estudiantes cumplen responsablemente con los trabajos académicos asignados en las diferentes materias, pero podrían mejorar su rendimiento académico si ejercieran más diligencia al desarrollo de hábitos de estudio más adecuados.

El 43,0% de los estudiantes alcanza un nivel alto en su rendimiento académico, lo cual indica una mayor responsabilidad y dedicación en su actividad académica, así como un destacado nivel de dominio académico alcanzado, tal como lo sostiene Vélez y Roa, (2005).

Respecto a la relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico, se encontró una correlación global significativa ($\text{sig.}=.000$, $p<0.05$). Estos resultados son apoyados por investigaciones previas de autores como: Vildoso, (2003), Torres y cols (2009), Palacios, (2007), Vigo, (2007), Grajales, (2002), Mena, Golbach y Véliz, (2009) quienes afirman que los hábitos de estudio son un factor relevante en el nivel de rendimiento académico, por lo tanto, el éxito académico está determinado no solo por la inteligencia y la motivación, sino también por la calidad de hábitos de estudio que posean los alumnos, tal como lo sostiene (Escalante y cols, 2008).

En cuanto a las dimensiones de los hábitos de estudio correlacionados con el rendimiento académico se aprecia en la dimensión métodos y técnicas generales de estudio, una relación estadísticamente significativa con el rendimiento académico ($\text{sig.}=.014$, $p<0.05$), esto coincide con los resultados obtenidos por Vildoso, (2003), evidenciando que el adecuado uso del subrayado y diccionario, los repasos diarios de estudio y las estrategias de comprensión de textos influyen significativamente en el rendimiento académico.

En cuanto a la dimensión realización de trabajos y el rendimiento académico se encontró una correlación

estadísticamente significativa ($\text{sig.}=.000$, $p<0.05$), lo cual indica que el organizar adecuadamente el tiempo para la elaboración y realización de tareas académicas, así como la responsabilidad para la entrega de las mismas, influyen significativamente en el nivel de rendimiento académico tal como lo afirma (Fry, 2009).

Asimismo se halló una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión preparación de exámenes y el rendimiento académico ($\text{sig.}=.001$, $p<0.05$), evidenciando que el hecho de programar tiempo para estudiar cada día, evitando hacerlo a última hora y solo para rendir exámenes, influye significativamente en el nivel de rendimiento académico, concordando estos resultados con la investigación realizada por (Palacios, 2007).

En la dimensión apuntes en clase se encontró una correlación estadísticamente significativa con el rendimiento académico ($\text{sig.}=.008$, $p<0.05$), lo cual indica que el escuchar atentamente la clase, tomar notas de lo más importante, organizar bien los apuntes y hacer preguntas para aclarar lo que no se comprendió, influye significativamente en el nivel de rendimiento académico, tal como lo sostiene (Escalante et al. 2008).

La investigación muestra que el acompañamiento al estudio se relaciona significativamente con el rendimiento académico ($\text{sig.}=.012$, $p<0.05$), indicando que el estudiar en un lugar tranquilo y en silencio, sin permitir algún tipo de interrupción influye en el nivel de rendimiento académico, tal como lo sostiene (Ballenato, 2005; Castillo y Polanco, 2005).

En conclusión, existe relación estadísticamente significativa entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico ($\text{sig.}=.000$, $p<0.05$) es decir cuanto más adecuados sean los hábitos de estudio, mayor será el nivel de rendimiento académico.

Asimismo, existe relación estadísticamente significativa entre los métodos y técnicas generales de estudio y el rendimiento académico ($\text{sig.}=.014$, $p<0.05$), esto indica que el adecuado uso del subrayado y diccionario, los repasos diarios de estudio y las estrategias de comprensión de textos, influyen en el nivel de rendimiento académico.

Asimismo entre la realización de trabajos y rendimiento académico ($\text{sig.}=.000$, $p<0.05$), es decir cuanto más adecuadas sean las estrategias que se empleen al organizar el tiempo para la elaboración y ejecución de los trabajos académicos, mejores serán los resultados.

Además, existe relación estadísticamente significativa entre la preparación de exámenes y rendimiento

académico ($\text{sig.}=0.001$, $p<0.05$), es decir el dedicar, como mínimo, 2 horas de estudio cada día y repasar los temas y apuntes de clase con anticipación, permite obtener un mayor nivel de rendimiento académico.

Por otro lado, existe relación entre apuntes en clase y rendimiento académico ($\text{sig.}=0.008$, $p<0.05$), esto indica que escuchar atentamente la clase, tomar notas de lo más importante, organizar bien los apuntes y hacer preguntas para aclarar lo que no se comprendió, influye en el rendimiento académico.

Y por último, existe relación entre el acompañamiento al estudio y el rendimiento académico ($\text{sig.}=0.012$, $p<0.05$), esto significa que el estudiar

en un ambiente tranquilo y en silencio, sin permitir ningún tipo de interrupción influye en el nivel de rendimiento académico.

Declaración de financiamiento y de conflicto de intereses:

El estudio fue financiado por la autora, quien declara no tener algún tipo de conflicto de interés en la investigación realizada.

Correspondencia:

Lic. Juan Carlos Grados Portocarrero
Correo electrónico: jeancar11924@hotmail.com

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, M. & Fernández, R. (1999). *Propuesta de un programa de métodos de estudio*. Madrid: Tea Ediciones.
- Ballenato, P. (2005). *Técnicas de estudio: el aprendizaje activo y positivo*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Barrena, S. (2001). Los hábitos y el crecimiento: una perspectiva peirceana. *Revista electrónica razón y palabra*, 21(4), 2-4. Recuperado de: www.razonypalabra.org.mx/antiores/n21/21_sbarrena.html
- Bazán, J. & Aparicio, A. (2001). Modelo explicativo de las relaciones entre hábitos de estudio, sexo y procedencia en egresantes de secundaria de nivel socioeconómico bajo, (Perú). *Revista de Investigación en Psicología*, 4(2), 41-53. Recuperado de: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v04_n2/pdf/a04v4n2.pdf.pdf
- Benito, D.; Lorenzo, N. (2002). *Técnicas de estudio*. Barcelona: Editorial Océano.
- Belaunde, I. (1994). Hábitos de Estudio. En: *Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón*, año 2, N° 2, octubre, Lima.
- CONEAU. (2012). Presentan diagnóstico de la calidad educativa en el Perú. *Revista electrónica Actualidad*. Recuperado de: <http://www.generacion.com/noticia/147186/presentan-diagnco-situacion-calidad-educacion-superior-per>
- Cartagena, M. (2008). Relación de la Autoeficacia y el Rendimiento escolar y los hábitos de estudio en alumnos de secundaria, (Perú). *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. 6(3), 60-99. Recuperado de: <http://www.rinace.net/arts/vol6num3/art3.pdf>
- Calero, M. (1992). *Técnicas de estudio e investigación*. Lima: Editorial San Marcos.
- Castillo; A.; Polanco; L. (2005). *Enseña a estudiar. Aprende a aprender*. Didáctica del estudio. Madrid: Pearson Educación S.A.
- Congrains, E. (1991). *Así es como se estudia*. Bogotá: Editorial Forja de Colombia.
- Díaz, M. (1998). *Método de estudio*. Lima: Edit. De libros técnicos Elite.
- Díaz, J. (1990). *Aprende a estudiar con éxito*. México: Editorial Trillas.
- Díaz, M.; Peio, A.; Escudero, T.; Rodríguez, S.; Vidal, G. (2002). Evaluación del rendimiento académico en la enseñanza superior. Comparación de resultados entre alumnos procedentes de la LOGSE y del COU. *Revista de investigación educativa*, 2(20), 357,383.
- Escalante, L., Escalante Y., Linzaga C. & Merlos M. (2008). Comportamiento de los estudiantes en función a sus hábitos de estudio. *Actualidades Investigativas en Educación*. 8(2), 1-15.
- El Tawab, S. (1997). *Enciclopedia de pedagogía/psicología*. Barcelona: Ediciones Trébol.
- Espósito, A. (1994). *Aprende a estudiar, método fácil para estudiar con éxito y superar controles y exámenes*. Milán: Editorial De Vecchi.
- Fry, R (2009). *Cómo Estudiar*. México: Editorial Cengage Learning Editores, S.A.
- Forero, M. (2007). *Sistemas y técnicas de estudio para saber estudiar fácil y rápido*. Buenos Aires: Cultural Librería Americana.

- Feldman, R. (2006). *Aprendizaje con poder*. México: Mc Graw – Hill Interamericana.
- Fenker, R. (1984). *Cómo estudiar y aprender más y mejor en menos tiempo*. Madrid: Editorial EDAF.
- García, O. y Palacios, R. (1991). Factores condicionantes del aprendizaje en la lógica matemática. *Tesis de maestría*. Universidad San Martín de Porres, Lima Perú.
- Garbanzo, V; Guisselle, M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación*, Vol. 31, núm. 001, 43 – 63. Recuperado de: www.redalyc.org/redalyc/pdf/440/.../44031103_Abstract_2.pdf
- Grajales, T. (2002). *Hábitos de estudio en estudiantes universitarios*. Montemorelos. Centro de Investigación Educativa. Recuperado de: <http://tgrajales.net>
- Guerra, H.; Mc cluskey, D. (2007). *Cómo estudiar hoy*. México: Editorial Trillas.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, L. (2006). *Metodología de la investigación*. México D.F.: Mc Graw Hill Interamericana
- Hernández, F. (1988). *Métodos y técnicas de estudio en la Universidad*. Bogotá: Mc Graw – Hill Interamericana.
- Herán y Villarroel, (1987). *Caracterización de algunos factores del alumno y su familia de escuelas urbanas y su incidencia en el rendimiento de castellano y matemáticas en el primer ciclo de enseñanza general básica*. Chile: CPEIP.
- Kaczynka, M. (1986). *El rendimiento escolar y la inteligencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Maraví, L. (2010). Influencia del nivel de estrés académico en el rendimiento académico de las áreas básicas de matemáticas y comunicación de los alumnos del 5º y 6º grado de la I.E.A Jesús de Nazaret. (*Tesis de Licenciatura*) Universidad Peruana Unión, Lima Perú.
- Mena A., Golbach M., Véliz M. (2009). *Influencia de los hábitos de estudio en alumnos ingresantes*. Tucumán. Argentina. Recuperado de: www.soarem.org.ar/Documentos/48%20Mena.pdf
- Palacios, D. (2007). Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los alumnos de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Peruana Unión. (*Tesis de maestría*). Universidad Peruana Unión, Lima-Perú.
- Pallares, E. (1983). *Mejora tu modo de estudiar*. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la Lengua Española. Vigésima segunda edición. España: *Real Academia Española*. Recuperado de: <http://www.rae.es/rae.html>.
- Rondón C. (1991). Internalidad y Hábitos de Estudio. (*Tesis de Maestría*). No publicada. Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico de Barquisimeto.
- Rotger, B. (1982). *Las técnicas de estudio en los programas escolares*. Madrid: Editorial Cincel.
- Salas, M. (2007). *Cómo preparar exámenes con eficacia*. Madrid: Alianza Editorial.
- San Martín, Raquel. (2003). Los malos hábitos a la hora de estudiar. *Diario La Nación*, edición electrónica. Chile. Recuperado de: <http://www.lanacion.com.ar/615807-los-malos-habitos-ha-la-hora-de-estudiar>.

Recibido: 8/06/2013
Aceptado: 28/10/2013