


Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios

Study habits and motivation for learning in university students

Rosa Marianela Salamea-Nieto
Universidad Técnica de Machala, Machala, Ecuador
rsalamea@utmachala.edu.ec
 <https://orcid.org/0000-0001-5315-3439>

Luis Fernando Cedillo-Chalaco
Universidad Técnica de Machala, Machala, Ecuador
lfcc_lye@hotmail.com
 <https://orcid.org/0000-0002-3142-4485>

Recepción: 26/07/2021 | Aceptación: 28/10/2021 | Publicación: 30/10/2021

Cómo citar (APA, séptima edición):

Salamea-Nieto, R. M., y Cedillo-Chalaco, L.F. (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *INNOVA Research Journal*, 6(3.1), 94-113.
<https://doi.org/10.33890/innova.v6.n3.1.2021.1858>

Resumen

Los hábitos de estudio se encuentran influidos por una compleja interacción de procesos que incluyen el condicionamiento, las costumbres, la cultura y la motivación. Un estudiante que está motivado constantemente estará dispuesto a invertir tiempo en su tarea de aprender. Por lo tanto, es fundamental que los estudiantes durante su proceso de formación tengan hábitos y motivaciones para culminar con éxito su instrucción, en especial en el nivel universitario que es en donde existe un mayor nivel de deserción y reprobación. El objetivo principal de esta investigación, es analizar los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios de tres carreras de la Facultad de Ciencia Sociales: Pedagogía de la actividad física y deportiva, Pedagogía de las ciencias experimentales y Pedagogía de idiomas nacionales y extranjeros de la Universidad Técnica de Machala, y a su vez constatar si existen diferencias significativas entre estas en cada uno de los hábitos y motivación para el aprendizaje, a través de técnicas estadísticas descriptivas (frecuencia absoluta y relativa) e inferencial (ANOVA). Acompañadas de un proceso metodológico con enfoque cuantitativo y alcance descriptivo, de corte transversal no experimental. Los principales resultados manifiestan que la mayor cantidad de estudiantes que presentan un mejor nivel –aunque no estadísticamente significativo– en la mayor parte de los hábitos de estudio y motivación, son los que provienen de la carrera pedagogía de la actividad física y deportiva.

Palabras claves: hábitos de estudio; motivación; aprendizaje; estadística descriptiva e inferencial.

Abstract

Study habits are influenced by a complex interplay of processes that include conditioning, customs, culture, and motivation. A student who is constantly motivated will be willing to invest time in his learning task. Therefore, it is essential that students during their training process have habits and motivations to successfully complete their instruction, especially at the university level, which is where there is a higher level of dropout and failure. The main objective of this research is to analyze the study habits and motivation for learning in university students from three careers of the Faculty of Social Sciences: Pedagogy of physical and sports activity, Pedagogy of experimental sciences and Pedagogy of national languages and foreigners from the Technical University of Machala, and in turn verify if there are significant differences between them in each of the habits and motivation for learning, through descriptive statistical techniques (absolute and relative frequency) and inferential (ANOVA). Accompanied by a methodological process with a quantitative approach and descriptive scope, non-experimental cross-sectional. The main results show that the largest number of students who have a better level –although not statistically significant- in most study and motivation habits, are those who come from the pedagogy of physical and sports activity.

Keywords: study habits; motivation; learning; descriptive and inferential statistics.

Introducción

Los hábitos de estudio se encuentran influidos por una compleja interacción de procesos que incluyen el condicionamiento, las costumbres, la cultura y la motivación. Un estudiante que está motivado constantemente estará dispuesto a invertir tiempo en su tarea de aprender. Sin embargo, el creciente problema de fracaso y deserción de los estudiantes universitarios nos lleva a investigar hasta qué punto los hábitos y la motivación para el estudio pueden atribuirse a su éxito o su fracaso (Pineda y Alcántara, 2017).

Según Chilca (2017) la incorporación de estudiantes al ámbito universitario, significa un incremento de responsabilidades, la aparición de nuevas exigencias, destinar mayor tiempo de estudio, y experimentar un proceso de autonomía; por lo que, si desean garantizar un exitoso proceso de inserción, adaptación y adquisición de conocimiento que les consienta el éxito y cumplimiento de sus metas profesionales; junto con un alto rendimiento académico, es necesario el desarrollo de hábitos de estudio (Martínez 2018).

Por su parte, Climént (2018) sugiere que, para el correcto empoderamiento de los estudiantes dentro del campo universitario, es fundamental que estas instituciones promuevan y fortalezcan hábitos de estudio para el aprendizaje, con la finalidad de permitir en los estudiantes un adecuado procesamiento, almacenamiento y asimilación de información que les den paso a la construcción de nuevo conocimiento.

Varios estudios confirman que los hábitos de estudio son indispensables para el alumnado durante su proceso de formación y preparación, debido a que dotan de técnicas y herramientas que se enfocan en desarrollar habilidades cognitivas, que, sin dejar a un lado variables de carácter personal, esfuerzo, actitudes, motivación y concentración, los lleva a mejorar y aumentar el

rendimiento académico; evitando la deserción y el fracaso escolar (Cedeño, Alarcón, y Mieles, 2020; Zavala et al., 2021).

Por su parte, Maureira et al. (2019) exponen, que los hábitos de estudio y motivación, ayudan al estudiantado a enfrentar la cotidianidad de las actividades académicas, es decir, los jóvenes aprenden a organizar su tiempo y espacio, así como hacer uso de técnicas y métodos de estudio que eviten las distracciones que pueden interferir con el aprendizaje. Por tanto, la persona que adquiere un hábito y se percibe eficaz al realizar determinada tarea, estará motivada para emprender más actividades de aprendizaje (Acevedo et al., 2015); siendo esta característica un excelente predictor del éxito académico, incluso por encima de la inteligencia y memoria (Bajwa et al., 2011).

En relación a lo expresado en párrafos anteriores, Santos (2019) manifiesta que algunos de los hábitos para el aprendizaje que deben desarrollar los estudiantes para mejorar su éxito académico son: crear planes de estudios, tomar apuntes, descansar y dormir lo suficiente, efectuar preguntas durante la clase, repasar y estudiar frecuentemente los contenidos cursados, relacionar lo estudiado con problemas cotidianos, practicar y estudiar con anticipación antes de un examen, meditar, probar nuevos métodos de estudio, y estudiar lo que realmente les apasiona.

En este contexto, Malander (2014) menciona que, con la implementación y desarrollo de hábitos y motivación para el aprendizaje, el educando se convierte en parte activa de la construcción de su conocimiento. Además, aprenden a identificar las emociones negativas vinculadas a la fatiga, aumentar su conciencia, despertar y mantener el interés en las tareas a lo largo del proceso de aprendizaje desde el inicio de su carrera hasta alcanzar los objetivos que les acercan a la consecución de su meta profesional (Capdevila y Bellmunt, 2016).

Por lo tanto, y a raíz de lo anterior, para aportar a esta temática investigativa, y a sabiendas de la no existencia de investigaciones que diserten acerca de esta problemática en el contexto de la Universidad Técnica de Machala, es relevante analizar dentro de esta los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en tres carreras de la Facultad de Ciencias Sociales (actividad física y deportiva, ciencias experimentales, e idiomas nacionales y extranjeros), y a su vez constatar si existen diferencias significativas entre estas en cada uno de los hábitos y motivación para el aprendizaje, a través de técnicas estadísticas descriptivas (frecuencia absoluta y relativa) e inferencial (ANOVA).

Metodología

En esta investigación se llevó a cabo un diseño no experimental (Hernández, Fernández, y Baptista, 2018), en el sentido que se recabó la información en un momento determinado sin manipular de manera deliberada los elementos que conformaron cada una de las dimensiones. Con un enfoque cuantitativo (Sánchez, 2019), con alcance descriptivo (Niño, 2019), debido a que se midió, analizó, describió y explicó a detalle cada una de las dimensiones que conforman los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje (Maldonado, 2018), a su vez, fue de corte transversal (Rodríguez y Mendivelso, 2018).

Para el cumplimiento del objetivo planteado, se utilizó el cuestionario de Hábitos de estudio y de motivación empleados en la investigación, elaborado por (Hernández, Rodríguez, y Vargas, 2012), que consta de un total de 55 ítems medidos en una escala de tipo Likert de tres puntos (1= bajo, 2= medio, y 3= alto), los cuales presentaron un alfa de Cronbach de 0.935 (Tabla 1), valor que de acuerdo a lo que exponen (Chaves y Rodríguez, 2018) posee una excelente consistencia interna, ya que se postula por encima de 0,70 que es el mínimo aceptable (Arévalo y Padilla, 2016).

Tabla 1

Alfa de cronbach del cuestionario de hábitos y motivación para el aprendizaje

Alfa de Cronbach	
Nivel de fiabilidad	N
0.935	55

Para efectos del análisis de los hábitos y motivación para el aprendizaje, los ítems utilizados y distribuidos para cada dimensión son (ver cuestionario en Anexos).

Tabla 2

Dimensiones de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje

Dimensión (hábito/motivación)	Ítems
1. Hábito del interés por estudiar	Preguntas: 1, 2, 3, 4, 5, 6, , 8, 9, 10, 11
2. Hábito de la organización y la planificación para el estudio	Preguntas: 12, 13, 14, 15, 16, 17.
3. Hábito de la atención y esfuerzo en clase	Preguntas: 18, 19, 20, 21, 22, 23
4. Hábito de memorización	Preguntas: 24, 25, 26, 27, 28, 29.
5. Hábito de la comprensión de lectura	Preguntas: 30, 31, 32, 33, 34, 35.
6. Hábito de estudiar en casa	Preguntas: 36, 37, 38, 39.
7. Hábito de tener controles para los exámenes	Preguntas: 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46.
8. Motivación intrínseca para el aprendizaje	Preguntas: 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55.

En lo que respecta a la muestra, se escogió a la unidad de análisis, bajo la técnica de muestreo probabilístico de tipo aleatorio estratificado (Otzen y Manterola, 2017), a 81 estudiantes¹ de un total de 103 estudiantes de tres carreras de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Machala, en donde se crearon estratos de 27 alumnos en cada una de ellas, escogidos completamente al azar (Hernández y Carpio, 2019): pedagogía de la actividad física y deporte (PAFD), pedagogía de las ciencias experimentales (PCE), y pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros (PINE).

Finalmente, para la aplicación del análisis estadístico de los datos recabados, se hizo uso de la estadística descriptiva e inferencial; para el caso de la primera, se analizó el comportamiento de cada uno de los hábitos y de la motivación, mediante gráficos de barras que contenían las

¹ Fórmula de estimación muestral proporcional cuando la población es finita, con valores respectivos de: $p= 50\%$; $q= 50\%$; $N=103$ estudiantes; $e= 5\%$; y , $Z= 1,96$ (Valdivieso, et al., 2011).

frecuencias absolutas y relativas de cada una (León y Pérez, 2019); en cambio, por parte de la estadística inferencial, el método usado con el fin de detectar si existen diferencias estadísticamente significativas entre las carreras en cada uno de los hábitos y motivación para el aprendizaje, fue el análisis de varianza <<ANOVA>>, que es uno de los métodos más usado para este tipo de análisis por su robustez estadística y su sensibilidad global cuantitativa (Wang et al., 2020).

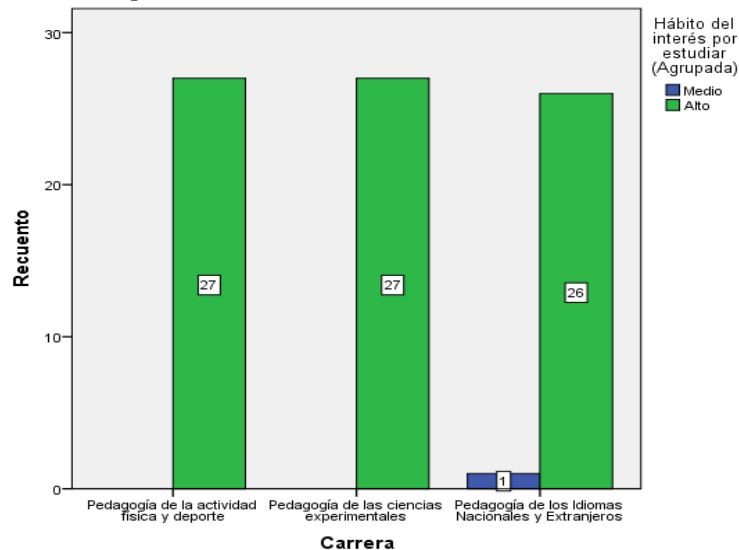
El modelo ANOVA², parte de la hipótesis nula de la no existencia de diferencias estadísticamente significativas entre los elementos analizados en un grupo, por lo que, para que se dé su rechazo la probabilidad del valor de p debe ser menor al 5% (van den Bergh et al., 2020). Los datos fueron analizados mediante el software estadístico SPSS 24.

Resultados

A posteriori del análisis de la data, de acuerdo a la Figura 1, que responde al hábito del interés por estudiar, se observa que, en las tres carreras foco de estudio (PAFD, PCE, y PINE), del total de los alumnos que conforman la muestra de cada una (n= 27), en su totalidad puntuaron “alto” en dicha categoría, excepto PINE, que tuvo 1 (3.7%) estudiante que obtuvo un puntaje “medio”. De forma particular, los factores que sobresalieron dentro de este hábito fueron: la claridad del porqué estudia y sus beneficios, el gusto por aprender sobre las materias que se encuentran cursando, la relación de lo que están estudiando con sus intereses, y lo importante de las calificaciones para que los impulse a estudiar más y mejor. En ese sentido, Padua (2019) manifiesta que el interés por estudiar se debe en especial a la confianza que tiene el estudiante en sus capacidades, a la seguridad y la valoración de sí mismo; así como también, a la dedicación y al esfuerzo que se asocian con la satisfacción de la carrera escogida (Guzmán, 2017).

Figura 1

Hábito del interés por estudiar por carrera

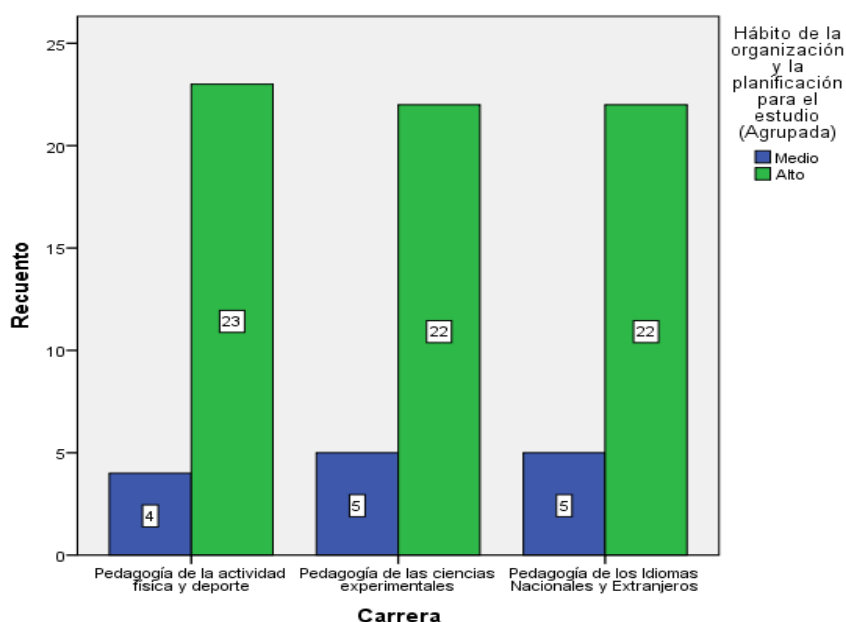


2 Se aplica ANOVA bajo el cumplimiento de los supuestos básicos de: normalidad ($p=0,452$), homocedasticidad ($p= 0,321$) e independencia (los residuos no mostraron un patrón establecido) (Monleón, 2016).

En cuanto al hábito de la organización y planificación para el estudio (Figura 2), la mayor parte de los alumnos de las carreras PAFD ($n= 23$, 85.19%), tuvieron una puntuación “alta”; mientras que, 4 de ellos (14,81%) puntuaron “medio” en dicha arista. Por otro lado, las carreras PCE y PINE, de forma similar manifestaron que, 22 alumnos (81.48%) presentaron una “alta” calificación para organizar y planificar sus estudios, en tanto que, 5 de ellos (18.52%), presentaron una puntuación “media”. De lo descrito, las variables inmersas en el hábito que mejor puntuación manifestaron, engloba características como: la asignación de prioridades en las actividades que tienen que hacer, la toma de descansos físicos y mentales, y la fijación de tiempos para estudiar; lo que se relaciona directamente con la disciplina y dedicación, que hace que el estudiando con la organización de su tiempo y espacio adquiera el conocimiento esperado (Zárate et al., 2018).

Figura 2

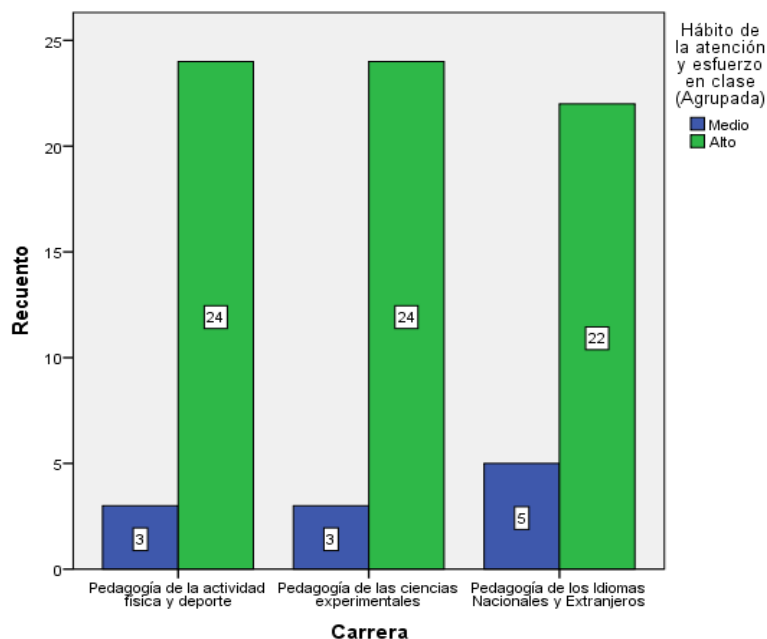
Hábito del interés de la organización y la planificación para el estudio por carrera



Respecto al hábito de la atención y esfuerzo en clase (Figura 3), los aprendices –de forma similar- de las carreras PAFD y PCE, mostraron, con una frecuencia absoluta de 24 (88.88%), una puntuación “alta”, en cuanto a la atención y esfuerzo que tienen en clases; mientras que, los 4 (14.82%) restantes de cada una de las carreras, tuvieron una puntuación “media”. Por otra parte, La carrera PINE, aunque no muy distante, con 22 (81.48%) zagales, evidenció un puntaje “alto”, y para los 5 (18.52%) restantes, la valoración fue “media”. Adicionalmente, los factores que primaron con mejor puntuación, comprendían características respecto a la atención a las explicaciones durante la clase, y la toma de apuntes; que, al darse de forma adecuada, contribuyen a una mejor calidad de aprendizaje (Sánchez et al., 2016; Sánchez y Esquivel, 2016).

Figura 3

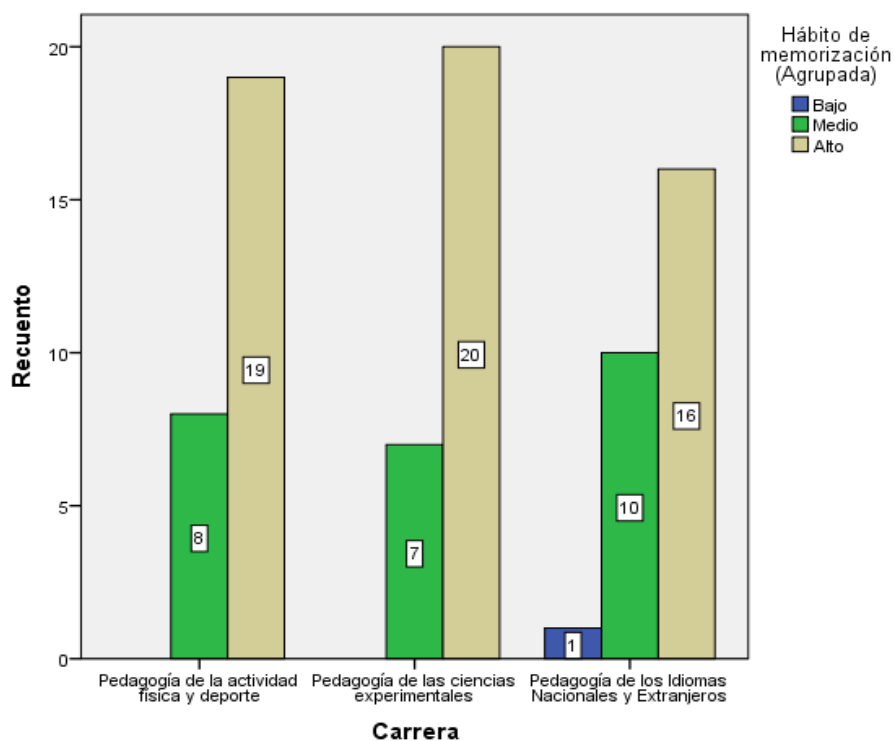
Hábito de la atención y esfuerzo en clase por carrera



A diferencia de los hábitos anteriormente descritos, el hábito de memorización (Figura 4), se muestra variante en las puntuaciones entre ellas, siendo así que, para la carrera PAFD, 19 (70.37%) estudiantes, tuvieron una puntuación “alta”, y 8 (29.63%), una cuantificación “media”. Por su parte, en la carrera PCE, 19 (70.37%) alumnos puntuaron “alto” en la memorización, y 7 (25.93%) presentaron un valor “medio”. Por último, la carrera PINE tuvo puntuaciones de “media”, “alta”, y “baja”, con una frecuencia de estudiantes respectivamente de 16 (59.26%), 10 (37.03%), y 1 (3.7%). Referente a este punto, los principales factores que destacan son: la adecuada comprensión de lo que lee y escucha, y la realización de esquemas y resúmenes para memorizar; lo que, al respecto, Equihua (2017) manifiesta que, si bien es cierto, la memorización es un aprendizaje pasivo; al ser bien tratado, dota a los estudiantes de herramientas estandarizadas para la resolución de problemas, mejorando el rendimiento y las habilidades analíticas en el proceso de aprendizaje (López et al., 2017).

Figura 4

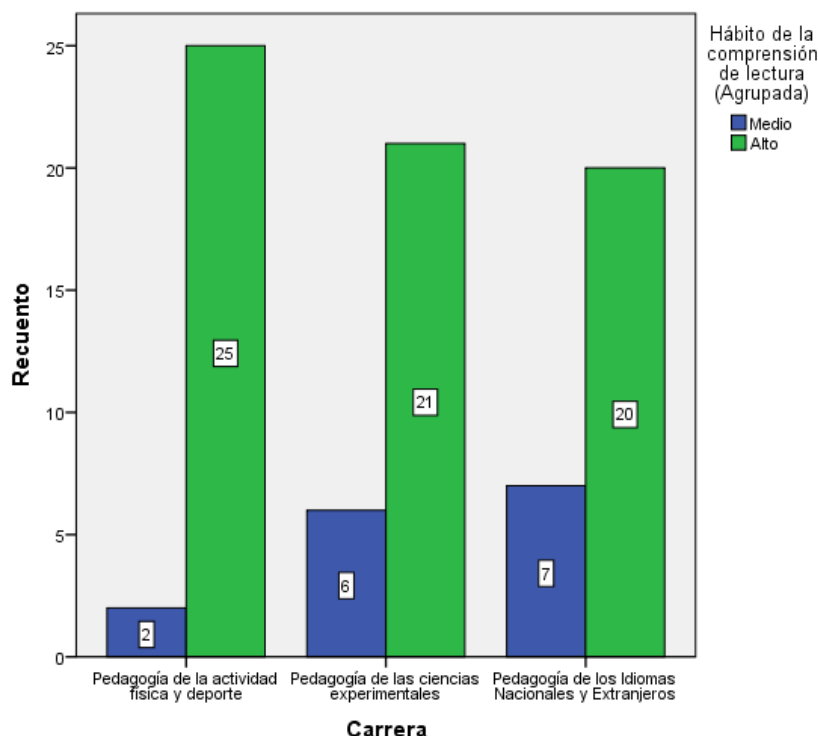
Hábito de memorización por carrera



En alusión al hábito de la comprensión de lectura. De acuerdo a lo que se aprecia en a Figura 5, 25 (92.6%), 21 (77.78%), y 20 (74.07%) aprendices, respectivamente de las carreras PAFD, PCE, y PINE tuvieron puntuaciones “altas” en cuanto a la comprensión lectora. En cambio, con una puntuación “media”, el restante de estudiantes de cada carrera <<2(7.4%), 6 (22.22%), y 7 (25.93%)>>. Los factores que imperan en este hábito fueron la capacidad de relacionar lo que está leyendo con lo aprendido, subrayar y hacer anotaciones de lo que lee, y la ejercitación frecuente en cuanto a recitar y recordar lo aprendido; que, al ser trabajados fehacientemente, favorece a la adquisición de conocimientos, y, por lo tanto, a consolidar el aprendizaje (Espinosa, 2020).

Figura 5

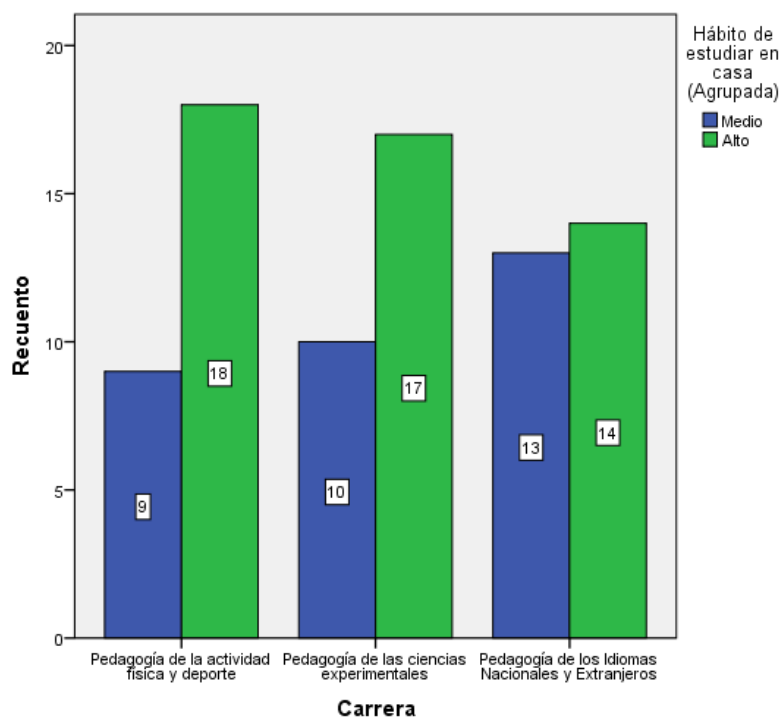
Hábito de comprensión lectora por carrera



En cambio, según lo que se avista en la Figura 6, que engloba el hábito de estudiar en casa, la mayor parte de las puntuaciones que presentan las carreras son “altas”, de los cuales 18 (66.67%) estudiantes provienen de la carrera PAFD, 17 (62.96%) cursan PCE, y 14 (51.85%) son de PINE. No así, un número superior de estudiantes, en contraste a los hábitos analizados previamente, poseen puntuaciones “medias”, teniendo así que, 9(33.33%) alumnos son parte de la carrera PAFD, 10 (37.04%) estudian PCE, y 13 (48.15%) sujetos derivan de PINE. Además, los factores que predominan en esta dimensión tenían que ver con la limpieza y el orden del espacio donde estudiaban, y el poseer un tiempo mínimo que se destine al trabajo personal. Este tipo de características hacen del aprendizaje en casa, un acto agradable (Durán et al., 2018).

Figura 6

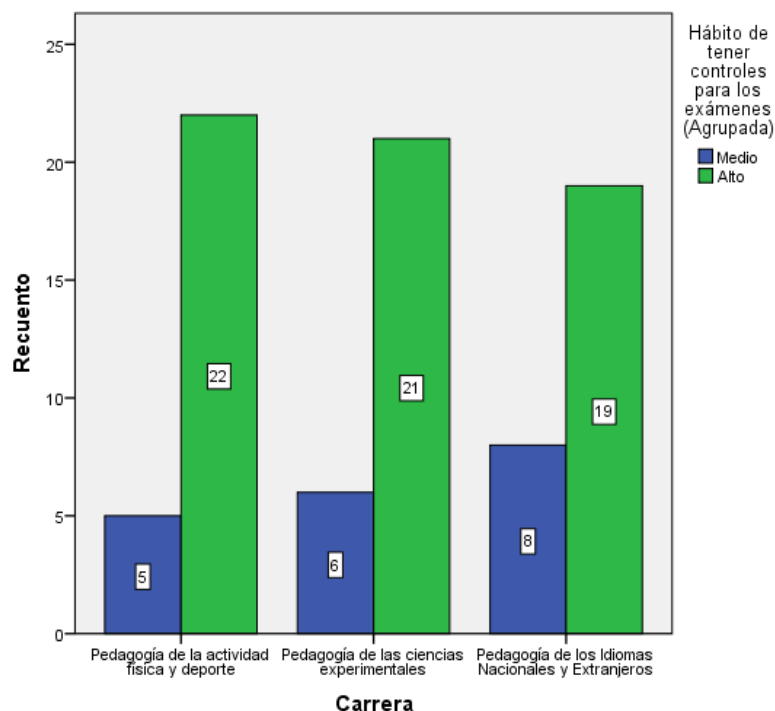
Hábito de estudiar en casa por carrera



En consideración al hábito de tener controles para los exámenes (Figura 7), la carrera PAFD goza de una mayor frecuencia, con 22 (81.48%) estudiantes, que puntúan en un nivel “alto” en esta dimensión; seguido con 21 (77.78%) individuos de la carrera PCE, y 19 (70.37%) aprendices de PINE. En contraparte, el restante de estudiantes de las carreras en mención, manifestaron puntuaciones de nivel “medio”, siendo el número de estudiantes que obtuvieron esta puntuación de 5 (18.52%) en PAFD, 6 (22.22%) en PCE, y 8 (29.63%) en PINE. En consecución, los principales componentes que resaltan son que, los estudiantes desde el comienzo del curso llevan al día las materias, repasan apuntes para rendir exámenes, y comprobar si lo estudiado mediante pruebas pilotos ha sido aprendido y memorizado; convirtiéndose en factores decisivos para el éxito académico (Cedeño et al., 2020).

Figura 7

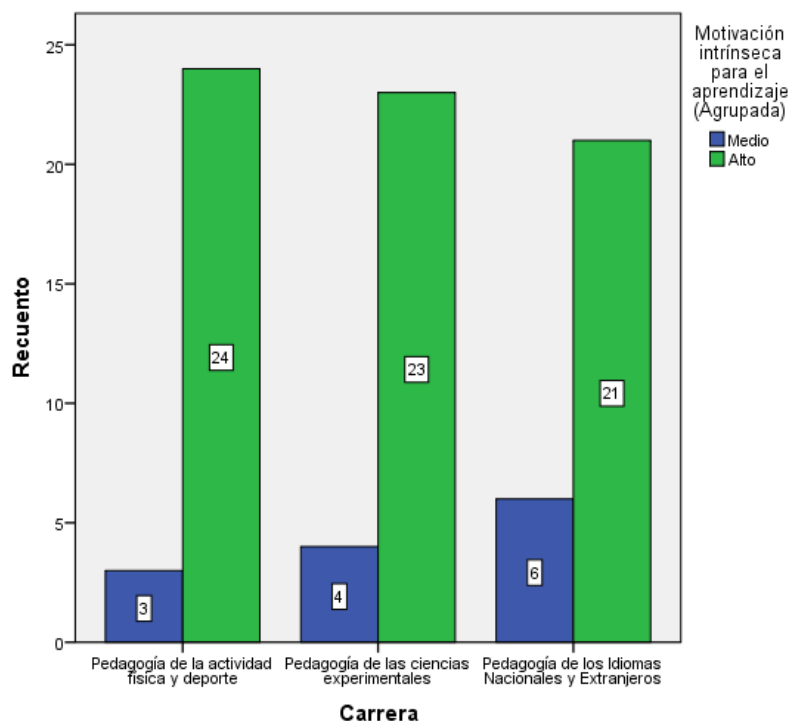
Hábito de tener controles para los exámenes por carrera



Por otro lado, en lo que respecta a la motivación, la dimensión que evaluó este atributo fue la “motivación intrínseca”, misma que puso en evidencia de acuerdo a la Figura 8, que la carrera PAFD tuvo, con mayor número, a 24 (88.99%) estudiantes que puntuaron “alto” en motivación, seguido de 23 (85.19%) alumnos de PCE, y 21 (77.78%) jóvenes de PINE, que obtuvieron la misma puntuación. En cambio, el restante de estudiantes de las carreras en mención, tuvieron una puntuación “media” en el hábito de la motivación intrínseca, prorrateadas respectivamente en 3 (11.11%), 4 (14.81%) y 6 (22.22%) estudiantes. Por consiguiente, las cualidades que se distinguen dentro de esta arista consistían en la creencia que tiene el alumnado de que estudiar vale la pena, el trabajo en equipo, y realizar las tareas con prontitud y entusiasmo.

Figura 8

Motivación intrínseca para el aprendizaje por carrera



De lo anterior, se observa que, la carrera PAFD ha sido la que ha presentado una frecuencia superior de estudiantes que han puntuado un nivel “alto” en la mayor parte de los hábitos de estudios y motivación; lo que se debe presumiblemente a que los aprendices que combinan su formación educativa y profesional con actividades que engloben la actividad física y deportiva, y entienden de manera holística su correcta práctica, ganan un plus para mejorar su aprendizaje y rendimiento académico, por la modulación de ondas cerebrales que se traducen a una mayor atención y mejor procesamiento de la información que se convierte en conocimiento (Maureira et al., 2019). No obstante, para complementar el análisis de dicha premisa, y en cumplimiento con el objetivo, se aplicó <<con base en los valores medios de la puntuación evidenciada por el total del alumnado>> para determinar si dicha diferencia es estadísticamente significativa, el análisis de varianza (ANOVA).

Por tanto, y avalado por el cumplimiento de los tres supuesto básicos para su aplicación: normalidad, independencia y homogeneidad (Plonsky y Oswald, 2017), se denota que, de los siete hábitos y la motivación intrínseca analizados, la diferencia en la puntuación entre carreras, es estadísticamente significativa en el hábito de interés por estudiar y en la motivación, a favor de la carrera PAFD; mientras que en el restante de hábitos, aunque en valores promedios se marque una pequeña diferencia entre carreras, estos no presentan una diferencia estadísticamente significativa.

Tabla 3

Análisis de varianza (ANOVA) de los hábitos de estudio y motivación.

Hábito	Carreras	ANOVA	Medias
Hábito del interés por estudiar	Actividad física y deporte	0,009	2,76*
	Ciencias experimentales		2,7
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,56
Hábito de la organización y la planificación para el estudio	Actividad física y deporte	0,24	2,51
	Ciencias experimentales		2,46
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,33
Hábito de la atención y esfuerzo en clase	Actividad física y deporte	0,089	2,52
	Ciencias experimentales		2,5
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,32
Hábito de memorización	Actividad física y deporte	0,072	2,34
	Ciencias experimentales		2,31
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,1
Hábito de la comprensión de lectura	Actividad física y deporte	0,067	2,45
	Ciencias experimentales		2,44
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,67
Hábito de estudiar en casa	Actividad física y deporte	0,075	2,37
	Ciencias experimentales		2,31
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,09
Hábito de tener controles para los exámenes	Actividad física y deporte	0,152	2,44
	Ciencias experimentales		2,47
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,28
Motivación intrínseca para el aprendizaje	Actividad física y deporte	0,014	2,57*
	Ciencias experimentales		2,5
	Idiomas Nacionales y Extranjeros		2,29

Conclusiones

Los principales resultados de la muestra seleccionada de las carreras de pedagogía de la actividad física y deporte, pedagogía de las ciencias experimentales, y pedagogía de los idiomas nacionales y extranjeros, muestran que, la primera de estas, evidencia una mayor frecuencia de estudiantes que obtuvieron una puntuación alta en la mayor parte de los hábitos y la motivación; aunque en términos generales, no muy distante en número con relación al resto de carreras.

No así, a posterior de aplicar el análisis inferencial (ANOVA), se destaca que, aunque los estudiantes que cursan la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte tuvieron en la mayor parte de los hábitos y motivación mejores puntuaciones, tal diferencia no fue estadísticamente

significativa en los hábitos que comprendían la organización y planificación para el estudio, atención y esfuerzo en clase, memorización, comprensión lectora, estudiar en casa y el tener controles para los exámenes.

Además, las principales características que destacaron sobre los estudiantes analizados, iban desde la claridad del porqué estudia y sus beneficios, hasta la relación de lo que estaban estudiando junto con sus intereses, la calidad del descanso (físico y mental), la disciplina y fijación de tiempos para estudiar, la atención y toma de apuntes de las clases en donde se desarrollan y estudian las diferentes temáticas, y la preparación a priori con métodos de repaso y memorización antes de rendir un examen.

Finalmente, y no obstante a lo concluido, es importante dejar una arista abierta que permita analizar a una muestra mayor de estudiantes y a más carreras de la Universidad Técnica de Machala, con la finalidad de contrastar si en todas se presenta que los estudiantes poseen un nivel óptimo de hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje.

Referencias bibliográficas

- Acevedo, D., Torres, J., y Tirado, d. (2015). Análisis de los Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje a Distancia en Alumnos de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de Cartagena (Colombia). *Formación universitaria*, 8(5), 59-66. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062015000500007>
- Arévalo, D., y Padilla, C. (2016). Medición de la Confiabilidad del Aprendizaje del Programa RStudio Mediante Alfa de Cronbach. *Revista Politécnica*, 37(2), 1-8. https://revistapolitecnica.epn.edu.ec/ojs2/index.php/revista_politecnica2/article/view/469
- Bajwa, N., Gujjar, A., Shaheen, G., & Ramzan, M. (2011). A comparative study of the study habits of students from formal and distance systems of education in Pakistan. *International Journal of Business & Social Science*, 2(14), 175-186. http://www.ijbssnet.com/journals/Vol._2_No._14%3B_July_2011/20.pdf
- Capdevila, A., y Bellmunt, H. (2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Educatio Siglo XXI*, 34(1), 157-172. <http://doi.org/10.6018/j/253261>
- Cedeño, J., Alarcón, B., y Mieles, J. (2020). Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la Universidad Técnica de Manabí. *Dominio de las ciencias*, 6(2), 276-301. <https://www.dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1218/1991>
- Chaves, E., y Rodríguez, L. (2018). Análisis de confiabilidad y validez de un cuestionario sobre entornos personales de aprendizaje (PLE). *Ensayos Pedagógicos*, 13(1), 71-106. <https://doi.org/10.15359/rep.13-1.4>
- Chilca, M. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(1), 71-99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5904759>

- Climént, J. (2018). Factores adversos al fomento de hábitos de estudio y aprendizaje en educación superior: Un estudio de caso. *Actualidades Investigativas en Educación*, 18(3), 1-30. <http://doi.org/10.15517/aie.v18i3.34122>
- Durán, C., Rosado, A., y Quintero, C. (2018). Los hábitos de estudio y su incidencia en el rendimiento académico en los estudiantes de educación superior. En E. Serna, *Revolución en la Formación y la Capacitación para el Siglo XXI* (págs. 34-37). Medellín: Editorial Instituto Antioqueño de Investigación.
- Equihua, L. (2017). Memorizar, pensar o activar la inteligencia Desafíos de los maestros y de la educación en México. *Revista Digital Universitaria*, 18(5), 1-13. <http://revista.unam.mx/vol.18/num5/art38/index.html>
- Espinosa, A. (2020). Las estrategias de lectura y su incidencia en la comprensión lectora de estudiantes de una universidad pública del noroeste de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21), 1-21. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.689>
- Guzmán, C. (2017). Las nuevas figuras estudiantiles y los múltiples sentidos de los estudios universitarios. *Revista de la educación superior*, 46(182), 71-87. <https://doi.org/10.1016/j.resu.2017.03.002>
- Hernández, C., y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta*, 2(1), 76-79. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- Hernández, C., Rodríguez, N., y Vargas, Á. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la educación superior*, 41(3), 67-87. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-27602012000300003&script=sci_abstract
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2018). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw Hill.
- León, A., y Pérez, C. (2019). Análisis estadístico en investigaciones positivas: medidas de tendencia central. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 15(43), 50-60. <http://bdigital2.ula.ve:8080/xmlui/handle/654321/3770>
- López, M., Cuenca, M., y Cabrera, Y. (2017). La metamemoria: un recurso de aprendizaje básico en el ámbito escolar. *Transformación*, 13(1), 43-55. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S207729552017000100005&script=sci_arttext&tlng=en
- Malander, N. (2014). Estrategias de aprendizaje y hábitos de estudio en el nivel superior: Diferencias según el año de cursado. *Apuntes Universitarios*, 4(1), 9-22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467646128002>
- Maldonado, J. (2018). *Metodología de la investigación social. Paradigmas: cuantitativo, sociocrítico, cualitativo, complementario*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Martínez, G. (2018). Análisis de los Hábitos de Estudio y su Impacto en el Rendimiento Escolar: Caso de Estudio, Alumnos del Programa de Negocios Internacionales de FACPyA, UANL. *Daena: International Journal of Good Conscience.*, 13(2), 440-466. [http://www.spentamexico.org/v13-n2/A26.13\(2\)440-466.pdf](http://www.spentamexico.org/v13-n2/A26.13(2)440-466.pdf)

- Maureira, F., Bravo, P., Aguilera, N., Bahamondes, V., y Véliz, C. (2019). Relación de la composición corporal, las cualidades físicas y funciones cognitivas en estudiantes de educación física. *Retos*, 36, 103-106. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.67496>
- Maureira, F., Palma, E., Medina, R., Segueida, Á., Valenzuela, L., y Flores, E. (2019). Incidencia de la antropometría, práctica de actividad física, estilos de aprendizaje, motivos actitudes y estrategias de aprendizaje sobre el rendimiento académico de estudiantes de Santiago de Chile. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(36), 497-502. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260946>
- Monleón-Getino, T. (2016). Novedades en el ANOVA. Diseño de experimentos, su análisis y diagnóstico. (Reporte Técnico). Departamento de Estadística. Facultad de Biología. Universidad de Barcelona. <https://bit.ly/3bsC0Rb>
- Niño, V. (2019). *Metodología de la investigación: diseño, ejecución e informe*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Padua, L. (2019). Factores individuales y familiares asociados al bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista mexicana de investigación educativa*, 24(80), 173-195. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662019000100173
- Pineda, O., y Alcántara, N. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare*, 6(2), 19-34. <https://doi.org/10.5377/innovare.v6i2.5569>
- Plonsky, L., y Oswald, F. (2017). La regresión múltiple como alternativa flexible al anova en la investigación L2. *Estudios en adquisición de una segunda lengua*, 39(3), 579-592. <https://doi.org/10.1017/S0272263116000231>
- Rodríguez, M., y Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. *Revista Médica Sanitas*. 21(3), 141-147. <https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/RMS/article/view/368>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <http://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, J., & Esquivel, S. (2016). Instructional teaching quality, task value, self-efficacy, and boredom: a model of attention in class. *Revista de Psicología*, 25(2), 1-20. <https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/44966/47047>
- Sánchez, J., Takaya, P., y Molinari, A. (2016). Atención en clase: rol predictivo del comportamiento. *Revista Latinoamericana de ciencia psicológica*, 8(3), 1-26. <http://www.psiencia.org/ojs/index.php/psiencia/article/view/205/242>
- Santos, D. (27 de Septiembre de 2019). *GoConqr*. <https://www.goconqr.com/es/examtime/blog/habitos-de-estudio/>
- van den Bergh, D., van Doorn, J., Marsman, M., Draws, T., van Kesteren, E., Derks, K., . . . Dora, M. (2020). A Tutorial on Conducting and Interpreting a Bayesian ANOVA in JASP. *L'Année psychologique*, 120, 73-96. <https://doi.org/10.3917/anpsy1.201.0073>

- Wang, F., Huang, G., Fan, Y., y Li, Y. (2020). Métodos robustos de ANOVA de submuestreo para análisis de sensibilidad de modelos ambientales y de recursos hídricos. *Water Resources Management*, 34, 3199–3217. <https://doi.org/10.1007/s11269-020-02608-2>
- Zárate, N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., y López, N. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(3), 153-157. <https://doi.org/10.33588/fem.213.948>
- Zavala, M., Vásquez, M., Durón, M., y Cota, L. (2021). *Evidencia empírica de investigaciones en Sonora*. Hermosillo, Sonora: Qartuppi. <http://doi.org/10.29410/QTP.21.09>

Anexos

Ítems	Bajo	Medio	Alto
1. El gusto por aprender sobre las materias que se llevan en el semestre.			
2. El alumno siente un alto entusiasmo y procura mantenerlo durante el semestre.			
3. Siente interés por saber más de lo que le exigen los maestros.			
4. Si lo necesita, el alumno estudia sin importarle el tiempo.			
5. Tiene claro el por qué estudia y sus beneficios.			
6. Los alumnos ven claro a dónde les conducirá una buena formación académica.			
7. Sabe llevar a la práctica lo que está aprendiendo.			
8. Considera que la carrera que está estudiando se encuentra relacionada con sus intereses.			
9. Las bajas puntuaciones hacen que el alumno reacciones y lo impulsa a estudiar más y mejor.			
10. El alumno siente apoyo por parte de su familia para seguir con sus estudios.			
11. El estudiante siente que sus maestros lo apoyan para seguir estudiando.			
12. Desarrolla el plan de estudio para cada asignatura			
13. Se establecen tiempos de acuerdo con las dificultades que se encuentran en cada asignatura.			
14. Se fija tiempos para estudiar.			
15. Sabe cuándo tomar descansos físicos y mentales.			
16. Asigna prioridades de las cosas que tiene que hacer.			
17. Evalúa cada día sobre el aprovechamiento del tiempo.			
18. El alumno procura estar atento de las explicaciones.			
19. Pregunta si no entiende.			
20. En clase, toma apuntes de lo que explica el profesor.			
21. Cada día ordena sus apuntes.			
22. En clases, evita cualquier tipo de distracción.			
23. Participa de forma activa.			
24. El alumno entiende bien lo que lee y escucha.			

Ítems	Bajo	Medio	Alto
25. Tiene la facilidad para recordar.			
26. Puede resumir fácilmente un tema.			
27. Tiene estrategias para memorizar mejor.			
28. Puede recordar a pesar de sentirse preocupado o nervioso.			
29. Se ayuda de esquemas y resúmenes para memorizar.			
30. Después de leer un texto, al alumno le queda clara la idea central.			
31. Hace constantes lecturas de un texto, dado a que no queda clara la idea central.			
32. Subraya y hace anotaciones cuando lee.			
33. Cuando no comprende algo, lo remarca y lo pregunta.			
34. Trata de relacionar el contenido de la lectura con lo que ya sabe.			
35. Se ejercita con frecuencia en recitar y recordar lo aprendido.			
36. Hay limpieza y orden en la habitación en dónde se estudia.			
37. Se tiene marcado un tiempo mínimo de trabajo personal y se cumple.			
38. En casa tengo carpetas y ficheros que me apoyan a ordenar mis trabajos.			
39. Suele llevar libros a casa para ampliar sus conocimientos.			
40. Desde el comienzo del curso se llevan las materias al día.			
41. Se realizan frecuentes repasos.			
42. Comprueba por escrito que lo estudiado ha sido bien aprendido y memorizado.			
43. Repasando los apuntes trata de averiguar las posibles preguntas de examen.			
44. Inicia con tiempo un plan de repaso para exámenes.			
45. Reduce los contenidos de cada tema a lo esencial.			
46. Aplica estrategias para preparar los exámenes.			
47. Se siente capaz y tiene confianza en sí mismo.			
48. Inicia las tareas con prontitud y entusiasmo.			
49. El alumno se felicita después de haber tenido éxito.			

Ítems	Bajo	Medio	Alto
50. Cuando detecta que hay fallas en su rendimiento sabe cómo superarlo.			
51. El alumno se siente seguro cuando habla frente a su grupo.			
52. Puede enumerar varias de sus cualidades de las que se siente orgulloso.			
53. La creencia que tiene el adolescente de que estudiar vale la pena.			
54. El alumno ha pensado en estudiar un posgrado.			
55. El alumno le agrada trabajar en equipo.			