

Capítulo 4

Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la UPSE durante el período 2025-2

Anahí Isabela Cepeda Chele, Kristel Natalia Quimi Soriano, Gabriela Roxana Malavé González, Oliver Samuel Merejildo Andrade

Resumen

El propósito de esta investigación fue examinar la conexión entre los métodos de estudio y el éxito académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) durante el período 2025-2. Esta investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo y se empleó un diseño descriptivo y correlacional no experimental donde la muestra estuvo compuesta por 109 alumnos, de los cuales 101 fueron seleccionados mediante un muestreo por conveniencia no probabilístico. Se aplicó una encuesta con una escala de Likert de cinco niveles, que mostró una alta confiabilidad ($\alpha = 0,912$). Los hallazgos revelan que la mayoría de los estudiantes emplea técnicas de autorregulación, como la evaluación y la variedad en la estrategia de estudio, lo que resulta en un desempeño académico estable. Se observó que la autoconfianza tiende a aumentar a medida que los estudiantes crecen, favoreciendo la regulación emocional relacionada con el rendimiento académico. En conclusión, las estrategias de estudio son fundamentales y pueden ser mejoradas. Esto impacta de manera directa en el desempeño académico por lo que se sugiere reforzar programas educativos institucionales para promover el desarrollo de habilidades de estudio desde las primeras etapas de formación.

Palabras clave:
métodos de estudio;
autorregulación
desempeño académico;
estudiantes universitarios;
UPSE

Cepeda Chele, A. I., Quimi Soriano, K. N., Malavé González, G. R., & Merejildo Andrade, O. S. (2025). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la UPSE durante el período 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 81-102). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c774>



Introducción

En la actualidad, la UNESCO (2024), enfatiza que los hábitos de estudio constituyen uno de los principales indicadores para el éxito académico, incluso por encima de los factores socioeconómicos. La planificación del tiempo y la autorregulación son competencias claves para lograr aprendizaje significativo, ya que permiten la retención del conocimiento a largo plazo, esto evidencia que el construir buenos hábitos de estudio es un componente esencial que conduce al éxito académico de los estudiantes.

En este contexto, la literatura científica ha reconocido ampliamente la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico, Como señalan:

Los estudiantes que usan estrategias de estudio suelen obtener mejores resultados académicos. Entre ellos, la organización, la disciplina y la autorregulación son factores importantes que ayudan a aprovechar mejor el tiempo y los recursos educativos, a su vez, tiene un efecto positivo en sus estudios. (Donker et al., 2014, p. 6)

Aun así, la educación superior en Ecuador enfrenta problemáticas importantes, como el abandono y el bajo rendimiento académico. Según un reporte:

Un número significativo de alumnos deja los estudios, esto se debe a la falta de preparación y malos hábitos de estudio. Este asunto, frecuentemente, se conecta con un paso brusco desde la escuela secundaria, guiada por el profesor, hacia la universidad, donde piden más autonomía, disciplina y autorregulación. (Consejo de Educación Superior, 2023, p. 13)

Visto de otra manera, los estudiantes que demuestran dominio en la lectura crítica, elaboración de resúmenes conceptuales y planificación semanal suelen alcanzar un mejor rendimiento en comparación con aquellos que dependen únicamente de la memorización. A pesar de todo, gran parte de los estudios se centran

únicamente en números sin profundizar en la importancia de los métodos y hábitos de aprendizaje, es necesario reconocer que muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades en este aspecto (Carpio Neto & Castañeda Landa, 2023, p. 2).

En este aspecto, la educación superior constituye una base fundamental en la formación profesional, al preparar a los estudiantes para enfrentar los retos sociales y económicos de su entorno. La conducta académica se desarrolla progresivamente mediante la aplicación constante de estrategias de estudio. Por eso este autor señala que:

Los estudiantes presentan conductas que se desarrollan en el aula de clase durante el proceso de aprendizaje. La importancia de los hábitos en los estudiantes es esencial, puesto que les permitirá adquirir conocimientos fuera y dentro del aula de clase. (García García, 2019, pp. 6 - 7)

Los hábitos de estudio se definen como el conjunto de conductas, estrategias y rutinas que los estudiantes aplican de manera constante para adquirir, organizar y retener el conocimiento. Estos hábitos comprenden aspectos como la planificación del tiempo, la organización del material, la concentración, la toma de apuntes, la lectura comprensiva y la revisión sistemática de contenidos (Salamea Nieto et al., 2024, p. 27).

Los hábitos de estudio no son innatos, sino que se desarrollan mediante procesos pedagógicos y experiencias formativas. Este fenómeno resulta particularmente relevante en Latinoamérica, donde numerosos estudiantes ingresan a la universidad sin haber adquirido métodos de estudio efectivos durante la educación secundaria (Carrillo Vargas & Bravo Bastidas, 2022, p. 239).

Por su parte, el rendimiento académico se entiende como el nivel de logro que el estudiante alcanza en relación con los

objetivos educativos establecidos, medido generalmente a través de calificaciones, evaluaciones o desempeño en tareas académicas. Puesto que, “El rendimiento académico no depende únicamente del esfuerzo del estudiante, sino que también está influenciado por factores sociales, como el rango socioeconómico, aspectos familiares y las estrategias docentes empleadas en la enseñanza” (Carpio Neto & Castañeda Landa, 2023, p. 2).

Según el estudio de Juanita Bohórquez & Freddy Cortez (2013), el rendimiento académico de los estudiantes universitarios es un indicador clave de la calidad de educación superior, debido a que es un componente para determinar si la institución está alcanzando sus objetivos, los mismos que están relacionados con los factores determinantes en el rendimiento académico que desfavorecen al buen rendimiento y la influencia de los entornos sobre el mismo.

Esto se relaciona principalmente con la Teoría del Aprendizaje Autorregulado de Zimmerman (2008), su enfoque sostiene que los estudiantes exitosos son aquellos capaces de planificar, supervisar y evaluar su propio proceso de aprendizaje, desarrollando autonomía y control sobre sus hábitos de estudio. Otro autor que nos habla sobre la base del aprendizaje autorregulado señala que:

La educación debe ayudar a los alumnos a ser conscientes de su pensamiento, a ser estratégicos y a dirigir su motivación hacia metas valiosas, puesto que, si se planifica, controla el tiempo y el esfuerzo que van a emplear en las actividades, se podrá crear ambientes favorables de aprendizaje, tales como encontrar un lugar adecuado para estudiar y buscar ayuda de los profesores o compañeros cuando se encuentran con dificultades. (Torrano & Soria, 2016, p. 99)

Adicionalmente, las estrategias de aprendizaje pueden generarse de forma individual o colectiva, siendo el sujeto quien, a través de su desempeño, concreta de forma consciente los objetivos propuestos, promoviendo la autorregulación, y con ella, procesos de aprendizaje

que mejoren la calidad de vida al lograr metas personales. (Duarte & Delgado, 2024, p. 378)

Este estudio se centra en comprender cómo los hábitos de estudio influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), particularmente en un contexto donde los cambios tecnológicos, las dinámicas familiares y las condiciones socioeconómicas pueden afectar los procesos de aprendizaje. Analizar esta relación permitirá identificar estrategias que fortalezcan la calidad educativa y contribuyan al desarrollo integral de los estudiantes. Por tanto, la investigación busca determinar de qué manera los hábitos de estudio presentes en el entorno universitario de la UPSE impactan directamente en los resultados académicos.

Dentro de este contexto, es fundamental analizar la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes y su proyección como futuro como profesionales, ya que esto no solo determina su desempeño, sino también cómo se proyectan en sus prácticas pedagógicas futuras. ¿Cuál es la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de sexto semestre de la Carrera de Educación Básica de la UPSE durante el período 2025-2?

El presente estudio es relevante, ya que los hábitos de estudio constituyen un factor modificable que influye directamente en el rendimiento académico. Muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades para organizar su tiempo, mantener la concentración y aplicar métodos efectivos de aprendizaje, lo que repercute en el bajo rendimiento académico. En un estudio analizado se menciona que:

El material más valioso con el que se debe aprender es la motivación de cada estudiante y sus hábitos de estudio, para diseñar estrategias que permitan reducir posibles deficiencias académicas de los alumnos en los primeros semestres, para que en el futuro se logre disminuir los porcentajes de deserción y reprobación. (Hernández Herrera et al., 2012, pp. 69 - 70)

En la provincia de Santa Elena, la problemática adquiere especial relevancia debido a las condiciones socioeconómicas desfavorables que limitan el acceso de los estudiantes a recursos tecnológicos y a espacios adecuados para el estudio. Esta situación provoca que muchos deban combinar sus actividades académicas con responsabilidades laborales o familiares, lo cual repercute directamente en su rendimiento y continuidad de su rendimiento y en la continuidad de su formación universitaria.

La limitada disponibilidad de tiempo y la carencia de entornos propicios para el aprendizaje dificultan el desarrollo de hábitos de estudio efectivos, afectando la autorregulación y la constancia en los procesos de aprendizaje (Consejo de Educación Superior, 2023). Por ello, resulta fundamental analizar cómo estas condiciones influyen en la consolidación de competencias académicas entre los estudiantes de educación superior de la región.

En la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), particularmente en la carrera de Educación Básica, se ha observado a estudiantes que van cursando el sexto semestre enfrentan dificultades para mantener un rendimiento académico constante, atribuibles en gran medida a la falta de hábitos de estudio. Si bien la mayoría de las investigaciones destacan la responsabilidad individual del estudiante, la universidad no debería limitarse a evaluar el rendimiento académico como un reflejo de la capacidad individual, sino que debe implementar estrategias de acompañamiento que fortalezcan dichos hábitos desde los primeros ciclos de formación.

El propósito de esta investigación es describir los hábitos de estudio y analizar su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de Educación Básica de la UPSE durante el período 2025-2.

- **Hi:**

Hay un vínculo estadístico notable entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico que se refleja en los estudiantes del sexto semestre en la Universidad Estatal Península de Santa Elena UPSE en el periodo 2025 – 2.

- **Ho:**

No se encuentra un vínculo estadístico significativo entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes del sexto semestre en la Universidad Estatal Península de Santa Elena en el periodo 2025 - 2

Metodología

El presente estudio se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, orientado a analizar los datos obtenidos mediante instrumentos aplicados a los estudiantes, con el propósito de identificar patrones y establecer relaciones entre las variables hábitos de estudio y rendimiento académico. Este enfoque permite comprobar hipótesis a través del análisis estadístico de los resultados y obtener conclusiones objetivas y verificables (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 4).

La investigación se sustenta en el paradigma positivista, el cual permite analizar la realidad educativa desde una perspectiva objetiva y verificable. Este enfoque posibilita la observación del fenómeno minimizando la intervención del investigador, mediante el uso de instrumentos estructurados que garantizan la obtención de datos válidos y confiables. De esta manera, los resultados ofrecerán una representación cuantitativa del comportamiento académico de los estudiantes (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 587).

Se adoptó un diseño no experimental, correlacional y descriptivo, en el cual los datos se recolectaron en un solo momento y sin manipular las variables. Este tipo de diseño permite describir la

relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes, así como observar los hechos tal como ocurren en su entorno educativo (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 152).

En este estudio se empleó el método deductivo, lo cual parte de principios teóricos generales sobre los hábitos de estudio y su influencia en el rendimiento académico, con el propósito de analizar cómo estos conceptos se manifiestan en los estudiantes de sexto semestre de la carrera de Educación Básica de la UPSE durante el periodo 2025-2. Este enfoque facilita una comprensión más profunda y sustentada del fenómeno, permitiendo pasar de lo general a lo particular y garantizando coherencia lógica y rigor metodológico.

El estudio se enmarca en un diseño correlacional y descriptivo, ya que busca describir y analizar los hábitos de estudio, así como determinar el grado de asociación existente entre estos y el rendimiento académico de los estudiantes (Hernández Sampieri et al., 2006, p. 100).

De igual importancia, Robledo Martín (2015), afirma que en una población el investigador debe especificar los criterios que definen quienes deben incluirse, estos criterios deben estar claramente delimitados, ya que, permiten decidir si un estudiante forma parte o no de la población de interés.

Puesto que, nuestra investigación se trabajó con una población conformada por 109 estudiantes del sexto semestre de la carrera de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) durante el período 2025-2. El grupo se considera el más idóneo para el análisis, ya que, relaciona de manera directa la relación entre sus hábitos de estudio y su rendimiento académico.

Por otro lado, la muestra se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia dirigida a 101 estudiantes. Este método permite trabajar con ciertos criterios establecidos garantizando información precisa y relevante. “El muestreo no probabilístico por conveniencia permite seleccionar aquellos

casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (Otzen & Manterola, 2017, p. 4)

Para la obtención de la información se empleó una encuesta, instrumento que permite recopilar datos precisos sobre los hábitos de estudio de los estudiantes y su influencia en el rendimiento académico. Esta técnica resulta adecuada dentro del enfoque cuantitativo, ya que facilita la cuantificación de las respuestas y su posterior análisis estadístico (Medina Romero, et al., 2023, p. 23)

Al mismo tiempo un estudio realizado por Arias (2021), la encuesta es una herramienta que se lleva a cabo mediante un instrumento llamado cuestionario, está direccionado solamente a personas y proporciona información sobre sus opiniones, comportamientos o percepciones, la encuesta puede tener resultados cuantitativos o cualitativos y se centra en preguntas preestablecidas con un orden lógico y un sistema de respuestas escalonado.

Por lo tanto, en nuestro estudio se aplicó un cuestionario estructurado que profundiza las dimensiones específicas de los hábitos de estudio, tales como organización del tiempo, planificación semanal y estrategias empleadas para afrontar las demandas académicas.

La encuesta fue aplicada a los 101 estudiantes seleccionados, utilizando una escala de Likert de cinco puntos (1 = nunca, 5 = siempre) diseñada para evaluar hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico. Por ello Ávila Baray (2006), la escala del Likert mide actitudes o predisposiciones individuales en contextos sociales particulares. Se conoce como escala sumada debido a que la puntuación de cada unidad de análisis se obtiene mediante a sumatoria de las respuestas obtenidas de cada ítem.

La **confiabilidad del instrumento** se verificó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, utilizando el programa IBM SPSS Statistics, alcanzando un valor de $\alpha = 0.912$. Según George & Mallery

(2003), los valores superiores a 0.90 indican un nivel de confiabilidad excelente, por lo que el instrumento puede considerarse altamente fiable para la medición de los hábitos de estudio y el rendimiento académico.

Resultados

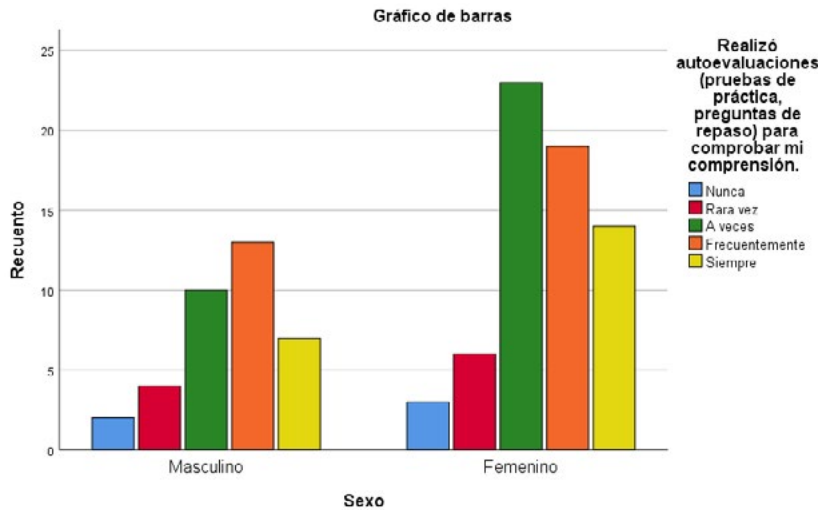
Tablas Cruzadas

Tabla 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.

		Realizó autoevaluaciones (pruebas de práctica, preguntas de repaso) para comprobar mi comprensión.					Total
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Sexo	Masculino	2	4	10	13	7	36
	Femenino	3	6	23	19	14	65
	Total	5	10	33	32	21	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

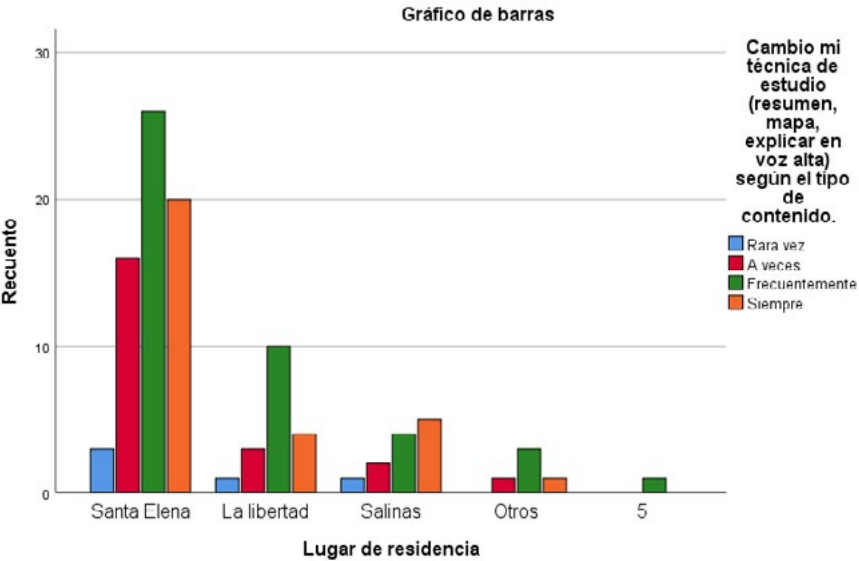
Los resultados de la tabla número uno muestra que tanto hombres como mujeres usan las autoevaluaciones como una forma de practicar o repasar para analizar su comprensión. Esto significa que la autorregulación y los hábitos de estudio son importantes para aprender bien. Más del 50% de los estudiantes dicen que hacen estas autoevaluaciones “a veces” o “siempre”. Por consiguiente, de las respuestas, 33 de 65 son de mujeres y 20 de 36 son de hombres, esto muestra que las mujeres tienden a planear y seguir estrategias para aprender por sí mismas. Se presenta una cierta coincidencia con lo que dice Zimmerman y la UNESCO sobre lo importante que son las autoevaluaciones en el aprendizaje autónomo. Sin embargo, se ve que un 33.7% de los estudiantes dicen que hacen estas autoevaluaciones “a veces” y un 14.8% que “nunca” o “rara vez” las usan. Esto indica que algunas personas todavía no usan estas estrategias que ayudan a mejorar su rendimiento. En conclusión, los resultados muestran que hay que promover más las prácticas de evaluación formativa en los estudios, para que ayuden a detectar problemas y entender mejor cada asignatura para llegar a mantener un buen desempeño académico en los estudiantes universitarios.

Tabla 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.

Recuento						
		Cambio mi técnica de estudio (resumen, mapa, explicar en voz alta) según el tipo de contenido.				Total
		Rara vez	A ve- ces	Frecuen- temente	Siempre	
Lugar de residencia	Santa Elena	3	16	26	20	65
	La libertad	1	3	10	4	18
	Salinas	1	2	4	5	12
	Otros	0	1	3	1	5
	5	0	0	1	0	1
Total		5	22	44	30	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

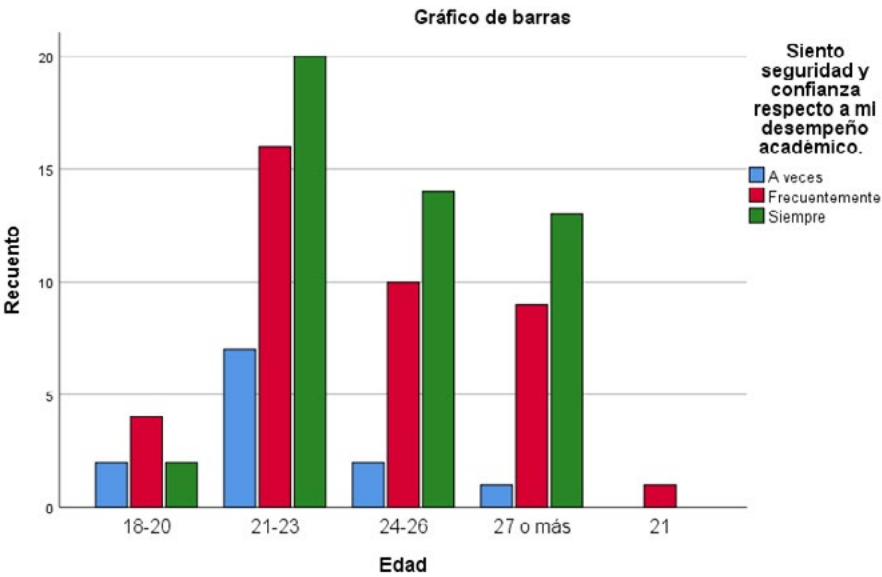
En la tabla número dos, los datos muestran que la mayoría de los estudiantes de sexto semestre de Educación Básica, han optado por usar técnicas de estudio como resúmenes, mapas conceptuales, etc. Lo cual aporta un hábito clave para el aprendizaje autorregulado. Por aquello el 73.2% de los estudiantes indican que han utilizado estos métodos “frecuentemente” o “siempre”, debido a que reflejan un adecuado nivel de flexibilidad cognitiva y usos estratégicos en sus métodos de estudio, esto tiene una relación, con lo planteado por la UNESCO (2021) y la teoría de Zimmerman sobre la autorregulación. Al verificar el lugar de residencia, se observó que los estudiantes de Santa Elena conforman un grupo mayor con una tendencia positiva. Por otro lado, con un total de 46 de 65 estudiantes ubicados en La Libertad y Salinas tienen tendencias similares, sin embargo, los estudiantes aplican estrategias variadas para mejorar sus conocimientos, de la misma forma, se observó un porcentaje pequeño (4,9%) que reporta que “rara vez” cambian de técnicas de estudio, esto evidencia que aún existe un grupo que podría beneficiarse de aquellas intervenciones pedagógicas para fortalecer sus hábitos de estudio y el rendimiento académico.

Tabla 3. Seguridad y confianza académica según la edad.

		Recuento			
		Siento seguridad y confianza respecto a mi desempeño académico.			Total
		A veces	Frecuentemente	Siempre	
Edad	18-20	2	4	2	8
	21-23	7	16	20	43
	24-26	2	10	14	26
	27 o más	1	9	13	23
	21	0	1	0	1
Total		12	40	49	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 3. Seguridad y confianza académica según la edad.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Los resultados de la tabla número tres indican que la seguridad y la confianza en el desempeño académico aumentan progresivamente con la edad, demostrando una tendencia positiva en la autorregulación

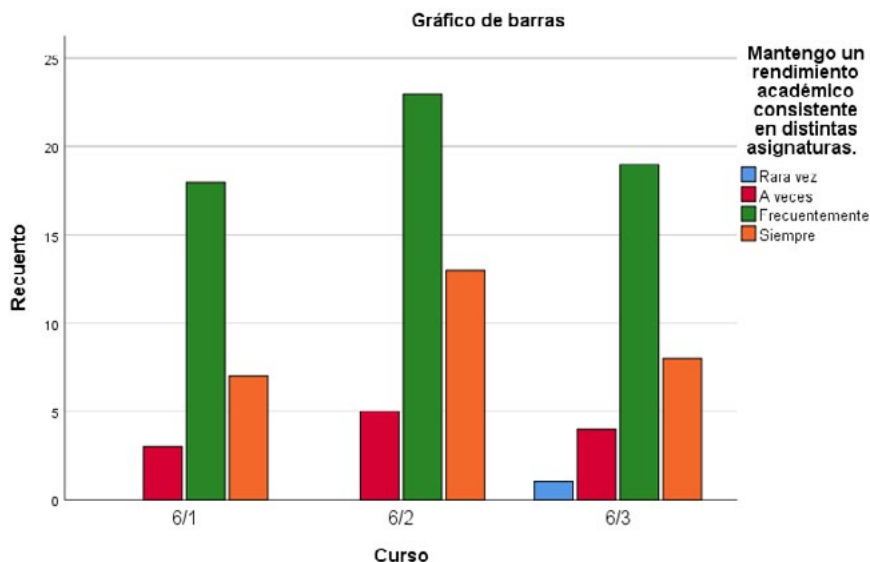
emocional y académica conforme al avance de los estudiantes. Como resultado el 87,1% de los participantes indican que “frecuentemente” o “siempre” se sienten seguros de su desempeño, por lo cual se relaciona directamente con el desarrollo de hábitos de estudios en el ámbito universitario. Los grupos de estudiantes de 21 a 23 años y de 24 a 26 años tienden a estar en los niveles más altos de confianza y concentración añadiendo un conjunto de 60 de las 89 respuestas positivas, dicho de otra manera, a medida que los estudiantes hacen prácticas académicas incrementan su autoconfianza y su eficacia. De igual manera, el grupo de 27 años o más muestran tendencias similares, esto afirma que la madurez favorece la autoseguridad frente a las demandas académicas. En contraste, un grupo más joven de 18 – 20 años tienen una menor estabilidad emocional académica y solo 6 de 8 estudiantes presentan confianza frecuente o constantemente. En resumen, estos factores influyen en el rendimiento académico y la manera en que los estudiantes enfrentan los retos universitarios.

Tabla 4. Rendimiento académico consistente según el curso.

Recuento						
		Mantengo un rendimiento académico consistente en distintas asignaturas.				Total
		Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Curso	6/1	0	3	18	7	28
	6/2	0	5	23	13	41
	6/3	1	4	19	8	32
Total		1	12	60	28	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 4. Rendimiento académico consistente según el curso.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Los hallazgos presentes en la tabla número cuatro evidencian que la idea de mantener un rendimiento académico persistente da un aspecto positivo en los tres cursos del sexto semestre, este de algún modo, refleja la presencia de hábitos de estudio mayormente sólidos en la población evaluada. Además, un total de 87.1% de los estudiantes manifiestan que “frecuentemente” o “siempre” se mantiene un rendimiento estable, esta observación concuerda con la autorregulación, la planificación y el uso estratégico de técnicas de estudio para un desempeño académico consistente. Por consiguiente, el curso 6/2 exhibe los valores más altos en la categoría “siempre” con un total de 13 estudiantes, esto posiblemente sugiere un grupo con mayor solidez en sus prácticas de estudio. Por otro lado, los cursos 6/1 y 6/3 comparten similitudes, prevaleciendo la categoría “frecuentemente”. Para finalizar el curso 6/3 es el único que muestra una respuesta en “rara vez”, señalando la presencia de que ciertos estudiantes podrían requerir acompañamiento académico adicional de un tutor particular o de sus mismos docentes. Generalmente,

estos resultados corroboran que los estudiantes del sexto semestre han desarrollado habilidades que exhiben una persistencia notable en su desempeño académico, lo cual, a su vez, esta intrínsecamente relacionado con su trayectoria formativa y la implementación de técnicas de estudio efectivas descritas en el marco teórico.

Discusión

En los resultados obtenidos se evidencia una conexión favorable entre el hábito de estudio y el desempeño académico, lo que coincide con las ideas de Zimmerman (2008), sobre la relevancia de la autorregulación en el proceso de aprendizaje, las técnicas de autoevaluación indicadas en la (Tabla 1), revelan que una porción significativa de los alumnos aplica estrategias que les permiten supervisar su entendimiento, donde se refleja un aspecto reconocido en la literatura como un buen indicador de un rendimiento académico superior.

En relación con el uso de varios enfoques de estudio (Tabla 2), se observa una tendencia favorable hacia la estructuración y planificación del proceso de aprendizaje, lo cual concuerda con estudios previos que destacan la utilidad de las tácticas cognitivas y metacognitivas (Donker et al., 2014). De manera similar, el aumento de la autoconfianza mientras los estudiantes maduran (Tabla 3) subraya que la importancia del avance académico en el manejo de los elementos emocionales y mentales, lo cual es crucial para afrontar los desafíos en la educación universitaria.

No obstante, se observó un pequeño grupo de estudiantes con poca consistencia en su rendimiento (Tabla 4), lo que indica la necesidad de implementar intervenciones que fortalezcan sus destrezas de estudio y sus estrategias de autorregulación. Además, las condiciones socioeconómicas del ámbito local podrían restringir el acceso a recursos y espacios apropiados para el estudio, lo que

representa una posible barrera que debería ser tomada en cuenta en futuras investigaciones.

Por último, este estudio tiene la limitación de su diseño transversal, que no permite determinar relaciones causales. Se recomienda que investigaciones futuras empleen métodos longitudinales y enfoques combinados para profundizar en la relación entre factores personales, académicos y contextuales.

Conclusiones

Es importante precisar que, en este estudio, se describen hábitos de estudio y niveles de rendimiento académico percibido. En este sentido, las asociaciones que se presentan son coherentes con la teoría disponible, pero no permiten afirmar causalidad ni una correlación estadística comprobada, ya que no se reportaron análisis correlacionales específicos.

Se observó que la confianza en uno mismo respecto a lo académico crece con el paso de los años, lo que ayuda a mejorar la regulación cognitiva y emocional que se requiere para enfrentar las demandas del entorno universitario. Este resultado apoya la idea de que la madurez académica es fundamental para desarrollar habilidades de estudio.

Aunque la mayoría presenta un rendimiento académico consistente, existe un reducido grupo que requiere estrategias de ayuda educativa particulares. Por ello, se sugiere que se establezcan programas institucionales de tutorías, asesoramiento y desarrollo de competencias de estudio desde las etapas iniciales de los primeros ciclos formativos.

A pesar de las dificultades económicas del entorno local, los estudiantes evidenciaron su habilidad para adaptarse y aplicar de manera estratégica técnicas de estudio, lo que enfatiza la importancia de fomentar una cultura institucional que valore el aprendizaje autorregulado.

Los hallazgos del estudio permiten deducir que el hábito de estudio es un elemento esencial y modificable en el desempeño académico de los estudiantes de sexto semestre de Educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se demostró que la mayoría de los estudiantes utilizan métodos estratégicos de autorregulación y autoevaluación que contribuyen a un desempeño permanente en diferentes asignaturas, tal y como se plantea en el objetivo y la teoría del aprendizaje autorregulado propuesto por Zimmerman.

De igual manera, se evidencia que la autoconfianza en el ámbito académico incrementa con la edad, por lo cual se fortalece la regulación cognitiva y emocional necesaria para hacer frente a las exigencias universitarias. Este análisis coincide con una investigación previa que subraya la efectividad de técnicas organizadas para optimizar el rendimiento académico.

En otros términos, prácticos, se sugiere que la UPSE implemente programas de acompañamiento académico, como tutorías y talleres dirigidos al desarrollo de habilidades de estudio desde los primeros ciclos, especialmente para aquellos estudiantes que muestran un bajo rendimiento académico. Para finalizar, a pesar de las restricciones socioeconómicas del contexto local, los estudiantes se mostraron muy resilientes al adoptar estrategias de aprendizaje, lo que resalta la importancia de promover una cultura institucional de autorregulación y aprendizaje autónomo.

Referencias

- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Biblioteca Nacional del Perú.
- Ávila Baray, H. L. (2006). *Introducción a la metodología de la investigación*. Eumed.net.
- Carpio Neto, S., & Castañeda Landa, M. G. (2023). *Las técnicas y hábitos de estudio en los estudiantes universitarios, una revisión bibliográfica de trabajos realizados desde el año 2013-2023 del Ecuador* [Trabajo de titulación, Universidad Politécnica Salesiana].
- Carrillo Vargas, C. M., & Bravo Bastidas, M. (2022). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios: un estudio documental. *Revista FIPCAEC*, 7(1), 239-257.
- Consejo de Educación Superior. (2023). *Informe de rendición de cuentas 2023*.
- Cortez Bailon, F. M., & Bohorquez Velasco, J. (2013). *Factores que determinan, según su entorno, el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de ciencias económicas y administrativas de la universidad católica de Santiago de Guayaquil: caso carrera de ingeniería en contabilidad y auditoría* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil].
- Donker, A. S., de Boer, H., Kostons, D., van Ewijk, C. D., & van der Werf, M. P. C. (2014). Effectiveness of learning strategy instruction on academic performance: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 11, 1-26. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2013.11.002>
- Duarte, J., & Delgado, F. (2024). Estrategias de autorregulación del aprendizaje: una revisión sistemática. *Estudios Pedagógicos*, 50(1), 377-396.
- García García, Z. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Dialnet*, 15(1), 6-23.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update*. Allyn & Bacon.
- Hernández Herrera, C. A., Rodríguez Perego, N., & Vargas Garza, Á. E. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la Educación Superior*, 41(161), 67-87.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6^a ed.). McGraw-Hill Interamericana.
- Martín, J. R. (2015). Población de estudio y muestreo en la investigación epidemiológica. *Nure Investigación*, 12(75), 1–9.
- Medina Romero, M., Rojas León, R., Bustamante Hoces, W., Loaiza Carrasco, R., Martel Carranza, C., & Castillo Acobo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232.
- Salamea Nieto, R., Cedillo Chalaco, L., Sánchez Bracho, A., & Belduma Cabrera, K. (2024). Hábitos de estudios y motivación para el aprendizaje en universitarios en condición de vulnerabilidad socioeconómica. *INNOVA Research Journal*, 9(3), 26–40.
- Torrano, F., & Soria, M. (2016). Una aproximación al aprendizaje autorregulado en alumnos de educación secundaria. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, (19), 97–115. <https://doi.org/10.18172/con.2838>
- UNESCO. (2024). Gobernanza, gobierno y gestión de la educación superior. *Educación Superior y Sociedad*, 36(1), 11–27.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>

Study Habits and Their Relationship with Academic Performance in Sixth-Semester Students of the Elementary Education Program at UPSE during the 2025-2 Period

Hábitos de Estudo e sua Relação com o Rendimento Acadêmico em Estudantes do Sexto Semestre do Curso de Educação Básica da UPSE durante o Período 2025-2

Anahí Isabela Cepeda Chele

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-4061-9011>

anahi.cepedachele0491@upse.edu.ec

Kristel Natalia Quimi Soriano

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-6219-575X>

kristel.quimisoriano1773@upse.edu.ec

Gabriela Roxana Malavé González

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-8529-341X>

gabriela.malavegonzalez8150@upse.edu.ec

Oliver Samuel Merejildo Andrade

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-0092-3887>

oliver.merejildoandrade5150@upse.edu.ec

Abstract

The purpose of this research was to examine the connection between study methods and academic success in sixth-semester students of the Elementary Education program at the Peninsula State University of Santa Elena (UPSE) during the 2025-2 period. This research was developed with a quantitative approach and a non-experimental, descriptive, and correlational design was used. The sample consisted of 109 students, of which 101 were selected through non-probabilistic convenience sampling. A survey with a five-level Likert scale was applied, which showed high reliability ($\alpha = .912$). The findings reveal that the majority of students employ self-regulation techniques, such as self-assessment and variety in study strategy, resulting in stable academic performance. It was observed that self-confidence tends to increase as students grow older, favoring emotional regulation related to academic performance. In conclusion, study strategies are fundamental and can be improved. These directly impact academic performance, which is why it is suggested to reinforce institutional educational programs to promote the development of study skills from the early stages of training.

Keywords: study methods; self-regulation; academic performance; university students; UPSE.

Resumo

O propósito desta pesquisa foi examinar a conexão entre os métodos de estudo e o sucesso acadêmico em estudantes do sexto semestre do curso de Educação Básica da Universidade Estadual Península de Santa Elena (UPSE) durante o período 2025-2. Esta pesquisa se desenvolveu com uma abordagem quantitativa e foi empregado um delineamento não experimental, descritivo e correlacional, onde a amostra foi composta por 109 alunos, dos quais 101 foram selecionados mediante uma amostragem por conveniência não probabilística. Foi aplicada uma

enquete com uma escala Likert de cinco níveis, que mostrou alta confiabilidade ($\alpha = ,912$). Os achados revelam que a maioria dos estudantes emprega técnicas de autorregulação, como a autoavaliação e a variedade na estratégia de estudo, o que resulta em um desempenho acadêmico estável. Observou-se que a autoconfiança tende a aumentar à medida que os estudantes crescem, favorecendo a regulação emocional relacionada ao rendimento acadêmico. Em conclusão, as estratégias de estudo são fundamentais e podem ser aprimoradas. Isso impacta de maneira direta o desempenho acadêmico, pelo que se sugere reforçar programas educacionais institucionais para promover o desenvolvimento de habilidades de estudo desde as primeiras etapas da formação.

Palavras-chave: métodos de estudo; autorregulação; desempenho acadêmico; estudantes universitários; UPSE.