

Uso abusivo de redes sociales y su repercusión en el desempeño académico del estudiante universitario

Abusive use of social networks and its impact on university students' academic performance

Silvia Sanz-Blas ^a, Daniela Buzova ^a, Blanca Herrero-Báguena^b

^aDepartamento de Comercialización e Investigación de Mercados, Universitat de Valencia, Valencia, España silvia.sanz@uv.es, daniela.buzova@uv.es, ^bDepartamento Universitario de Dirección de Marketing, Esic Marketing & Business School, Valencia, España blanca.herrero@esic.edu

How to cite: Sanz-Blas, S.; Buzova, D.; Herrero-Báguena, B. 2022 Uso abusivo de redes sociales y su repercusión en el desempeño académico del estudiante universitario. In the proceedings book: International conference on innovation, documentation and education. INNODOCT/22. Valencia, November 2nd-7th 2022. <https://doi.org/10.4995/INN2022.2022.16499>

Abstract

The present research focuses on the addiction of young university students to the social network TikTok, analyzing the possible negative consequences in the field of education derived from its inappropriate and excessive use. The sample is made up of university students from public and private universities, who show a high use of the social network both inside and outside the classroom. The results show that the addiction generated to the TikTok medium turns out to be a determinant variable of stress, emotional exhaustion and lack of mindfulness, which has a negative impact on the student's academic performance. The results have important implications for families and university teachers regarding the correct integration and use of mobile devices in the classroom.

Keywords *Key words:* social networks, addiction, teaching, stress, emotional fatigue, lack of mindfulness, mobile technology.

Resumen

La presente investigación se centra en la adicción de los jóvenes universitarios a la red social TikTok, analizando las posibles consecuencias negativas que en el ámbito de la educación derivan de su uso inadecuado y excesivo. La muestra está formada por estudiantes universitarios de universidades públicas y privadas, que muestran un elevado uso de la red social tanto dentro como fuera del aula. Los resultados evidencian que la adicción generada al medio TikTok resulta ser una variable determinante

tanto del estrés, como del agotamiento emocional, como de la falta de conciencia plena, lo que repercute negativamente en el desempeño académico del estudiante. De los resultados se derivan importantes implicaciones para las familias y docentes universitarios de cara a la correcta integración y uso de dispositivos móviles en el aula.

Palabras Clave: *redes sociales, adicción, enseñanza, estrés, fatiga emocional, falta de conciencia plena, tecnología móvil.*

Introducción

Un uso desmedido o inadecuado de las nuevas tecnologías de la información y comunicación puede desembocar en una adicción e interferir gravemente en las actividades habituales del estudiante, llegando a poner en peligro sus responsabilidades, descuidar actividades importantes y hacer disminuir el rendimiento en los estudios (Samaha y Hawi, 2016; Torres-Díaz et al., 2016).

Entre todas las tecnologías, las redes sociales son las que más interés y atención despiertan en los jóvenes, siendo las más usadas (Sanz-Blas et al., 2019).

Una de las redes sociales más popular entre los jóvenes y más adictiva es TikTok, una aplicación de creación de vídeos cortos, que goza de una creciente popularidad gracias a la variedad de contenido, a la capacidad creativa y expresión personalizada y a la posibilidad de interactividad, siendo capaz de satisfacer las necesidades sociales y de entretenimiento de los usuarios (Xu et al., 2019).

La presente investigación se centra en la adicción de los jóvenes universitarios a la red social TikTok, analizando las posibles consecuencias negativas que en el ámbito de la educación derivan de su uso inadecuado y excesivo.

1.Revisión de la literatura

1.1.Adicción

El uso de redes sociales genera conductas adictivas en los jóvenes. La adicción se describe como el comportamiento de los usuarios en relación a su estado psicológico, con respecto a la relación que mantienen con los medios de comunicación y redes sociales, siendo ciertos comportamientos problemáticos para la salud mental de dichos usuarios (Han y Zhang, 2020; Kubey, 1996).

Esta adicción puede originar consecuencias negativas en el estudiante que provocan una disminución en su rendimiento académico. Entre las consecuencias negativas señalamos: estrés, cansancio emocional y falta de atención plena (Carbonell y Orberst, 2015; Fang et al, 2020; Han et al, 2019; Sanz-Blas, 2019).

Así, por ejemplo, el 70% de los estudiantes admiten conectarse a las redes sociales, a través de teléfonos móviles, durante las horas de clase, lo que les hace distraerse, perder la noción del tiempo, retrasarse en la entrega de tareas universitarias o perder concentración en la preparación de los exámenes finales (Chinyamurindi et al., 2019).

1.2. Consecuencias negativas de la adicción

1.2.1. Estrés

El estrés se define como el sentimiento de agitación que afecta negativamente al individuo a causa de una sobrecarga de información que lleva a una mayor exigencia y origina tensión (Lee et al. 2016). Varía dependiendo de la exposición por parte del usuario a la información que se produce y comparte en la plataforma y, en concreto, aborda la necesidad de estar al día para no perderse ninguna información relevante (Fabris et al., 2020; Sanz-Blas et al., 2019).

La sobrecarga de información a la que se ven expuestos los estudiantes, puede resultar en una disminución del desempeño académico y el rendimiento en entornos educativos (Samaha y Hawi, 2016).

Este estrés generado en los estudiantes se hace visible a través de unos síntomas claros: el estudiante deja de estar al día con respecto a las diversas tareas programadas por los profesores; falta de contacto con otros estudiantes, profesores o aulas de estudio (Hussain y Griffiths 2021). Por tanto, planteamos:

H1. A mayor adicción a la red social, mayor estrés de los estudiantes derivado del uso de la red social.

1.2.2. Agotamiento emocional

El agotamiento emocional es el estado subjetivo de desequilibrio en la disponibilidad de los recursos internos necesarios para realizar actividades físicas o mentales (Lee et al, 2016; Malik et al., 2020; Yu et al., 2019).

La mayoría de los estudiantes consideran que el uso de las redes sociales retrasa su hora de acostarse, lo que lleva a que duerman menos horas, reduciendo el tiempo destinado a las tareas académicas y produciendo retrasos en la presentación de actividades solicitadas por el profesor (Rahman et al., 2020).

El cansancio emocional impide que los estudiantes tengan su mente 100% para estudiar o atender tareas universitarias (Yu et al., 2019). Lo anterior nos lleva a plantear:

H2. A mayor adicción a la red social, mayor agotamiento emocional de los estudiantes derivado del uso de la red social.

1.2.3. Falta de atención plena

La conciencia plena se define como "llevar la completa atención a las experiencias que ocurren en el momento presente, sin juzgar ni aceptar" (Baker et al., 2016; p. 27).

Los usuarios pueden encontrar difícil centrar su atención en otras actividades sin dejar de pensar en las cosas que quieren hacer en la red social (Sriwilai y Charoensukmongkol, 2016).

La literatura destaca una relación negativa entre el uso de las redes sociales y las calificaciones de los estudiantes, ya que el uso simultáneamente de las RRSS durante el estudio u otras actividades académicas puede reducir la productividad y la eficiencia del estudiante al llevar a cabo varias tareas al mismo tiempo (Kim et al, 2018). Así planteamos:

H3. A mayor adicción a la red social, mayor pérdida de conciencia plena derivada del uso de la red social.

La figura 1 muestra las relaciones planteadas en la presente investigación.

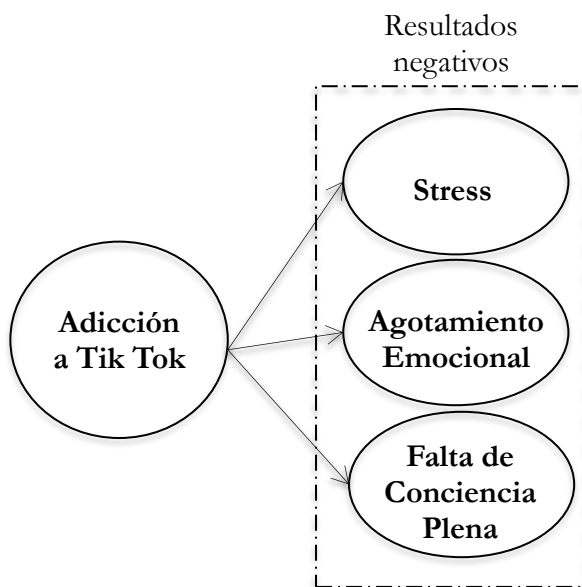


Fig 1. Modelo teórico de contraste

2. Metodología

El universo objeto de estudio son estudiantes universitarios de universidades públicas y privadas. El total de la muestra asciende a 350 estudiantes universitarios. El método de muestreo empleado fue no probabilístico de conveniencia.

Se utilizaron escalas ya validadas en estudios previos. Se aseguró la fiabilidad y validez métrica del instrumento medida, mediante un análisis de la validez de contenido, de la validez de constructo y de la consistencia interna (Alfa de Cronbach).

Se recurrió a la modelización estructural PLS para testar el modelo teórico propuesto.

En cuanto al perfil de la muestra: el 40% son hombres y el 70% mujeres. El 35% de los entrevistados tiene entre 18-20 años, estando representado el 65% restante por individuos entre 21-25 años.

3.Resultados

Los resultados se muestran en la siguiente tabla (ver Tabla 1).

Tabla 1. Resultados del modelo estructural

| Hipótesis | Coefficiente path | Valor t (Bootstrap) |
|--|-------------------|---------------------|
| H1: Adicción estrés | 0.701 | 17.545 |
| H2: Adicción agotamiento emocional | 0.580 | 11.742 |
| H3: Adicción Falta de conciencia plena | 0.610 | 12.485 |

Se observa que la adicción generada al medio Tik Tok resulta ser una variable determinante tanto del stress (se cumple H1), como del agotamiento emocional (se cumple H2), como de la falta de conciencia plena (se cumple H3).

Conclusiones

Se confirma en el presente estudio que el uso abusivo de las redes sociales afecta negativamente al rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Así, existe una relación positiva entre adicción a las redes sociales y el estrés, agotamiento emocional y falta de conciencia plena.

Un uso abusivo de las redes sociales pone en peligro las responsabilidades del estudiante, que hace que descuide actividades importantes y que disminuya su rendimiento en los estudios.

Es imperativo que las universidades y familias tomen medidas para ayudar a los usuarios dependientes de las redes sociales a disminuir el uso de esta tecnología. Así, por ejemplo, se pueden organizar charlas y talleres para informarles de las consecuencias negativas del uso abusivo de las redes sociales y de cómo hacer un uso adecuado de esta tecnología que ayude a mejorar el rendimiento académico.

Como futura línea de investigación, sería de interés explorar las consecuencias positivas del uso de las redes sociales en el ámbito universitario, así como ampliar el modelo teórico propuesto incorporando nuevas variables de análisis, que recojan por ejemplo

consecuencias negativas adicionales o variables que puedan moderar los niveles de intensidad de las relaciones propuestas.

Agradecimientos

Esta investigación forma parte del proyecto de innovación docente de la Universidad de Valencia: UV-SFPIE_PID-1642294, que permite su financiación y desarrollo.

Referencias

- SANZ-BLAS, S., BUZOVA, D., & MIQUEL-ROMERO, M. J. (2019). From Instagram overuse to instastress and emotional fatigue: the mediation of addiction. *Spanish Journal of Marketing-ESIC*, 23(2), 143-161.
- XU, L., YAN, X., & ZHANG, Z. (2019). Research on the causes of the “Tik Tok” app becoming popular and the existing problems. *Journal of Advanced Management Science*, 7(2), 59-63.
- HAN, M., & ZHANG, X. (2020). Prospects for the advancement of the TikTok in the age of 5G communication. In 2020 13th CMI Conference on Cybersecurity and Privacy (CMI)-Digital Transformation-Potentials and Challenges (51275) (pp. 1-5). IEEE.
- KUBEY, R. W. (1996). Television dependence, diagnosis, and prevention. Tuning in to Young Viewers: Social Science Perspectives on Television (pp. 221-260). Thousand Oaks, CA: Sage.
- CARBONELL, X., & OBERST, U. (2015). Las redes sociales en línea no son adictivas. Aloma: *Revista de Psicologia, Ciències de L'educació i de L'esport*, 33(2), 13-19.
- FANG, J., WANG, X., WEN, Z., & ZHOU, J. (2020). Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive Behaviors*, 107, 106430.
- HAN, X., HAN, W., QU, J., LI, B., & ZHU, Q. (2019). What happens online stays online?-Social media dependency, online support behavior and offline effects for LGBT. *Computers in Human Behavior*, 93, 91-98.
- CHINYAMURINDI, W., VAN RHYNE, Z., & CILLIERS, L. (2019). Social network addiction and advertising on social networks: A case study of rural students in South Africa. *South African Journal of Information Management*, 21(1), 1-7.
- LEE, A. R., SON, S. M., & KIM, K. K. (2016). Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective. *Computers in Human Behavior*, 55, 51-61.
- FABRIS, M. A., MARENGO, D., LONGOBARDI, C., & SETTANNI, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 106364.
- HUSSAIN, Z., & GRIFFITHS, M. D. (2021). The associations between problematic social networking site use and sleep quality, attention-deficit hyperactivity disorder, depression, anxiety and stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(3), 686-700.

- MALIK, A., DHIR, A., KAUR, P., & JOHRI, A. (2020). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: a large cross-sectional study. *Information Technology & People*, 34(2), 557-580.
- YU, L., SHI, C., & CAO, X. (2019). Understanding the effect of social media overload on academic performance: a stressor-strain-outcome perspective. In Proceedings of the 52nd Hawaii International Conference on System Sciences.
- BAKER, Z. G., KRIEGER, H., & LEROY, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275.
- SRIWILAI, K., & CHAROENSUKMONGKOL, P. (2016). Face it, don't Facebook it: impacts of social media addiction on mindfulness, coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, 32(4), 427-434.
- KIM, K., MILNE, G. R., & BAHL, S. (2018). Smart phone addiction and mindfulness: an intergenerational comparison. *International Journal of Pharmaceutical and Healthcare Marketing*, 12(1), 25-43.
- RAHMAN, S., RAMAKRISHNAN, T., & NGAMASSI, L. (2020). Impact of social media use on student satisfaction in Higher Education. *Higher Education Quarterly*, 74(3), 304-319.
- SAMAHA, M., & HAWI, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.