

**Hubungan *Goal Setting* dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik
Ditinjau dari Perspektif Budaya Aceh pada Mahasiswa Bimbingan
Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh**

Adena Tiara¹, Nuzliah²

¹⁻²Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

220213038@student.ar-raniry.ac.id¹, nuzliah.jamaluddin@ar-raniry.ac.id²

ABSTRACT

This correlational quantitative study aims to examine the relationship between goal setting and academic procrastination tendencies from the perspective of Acehnese culture. Through purposive sampling, 30 Guidance and Counselling students at UIN Ar-Raniry from the class of 2024 were selected as the sample. Data were collected using a digital questionnaire and analyzed using Spearman's Rho correlation test. The results showed that the majority of students' goal setting was classified as very high (96.7%), while academic procrastination predominantly fell into the moderate (40.0%) to high (36.7%) categories. The results of the hypothesis testing using Spearman's Rho correlation test yielded a significance value of 0.090, since the significance value was greater than 0.05 ($0.090 > 0.05$) with a correlation coefficient of 0.315, indicating no significant relationship between goal setting and academic procrastination. This phenomenon reflects an "intention-behavior gap," in which religious values and the institution's vision encourage high levels of goal setting, yet communal social interactions (such as the coffee shop tradition) often trigger procrastination. Nevertheless, this academic procrastination remains predominantly influenced by low levels of self-regulation, time management, and individual personality dynamics.

Keywords: *academic procrastination: a cultural perspective from Aceh, counseling and guidance students*

ABSTRAK

Penelitian kuantitatif korelasional ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *goal setting* dan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari perspektif budaya Aceh. Melalui *purposive sampling*, diperoleh 30 mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry angkatan 2024 sebagai sampel. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner digital dan dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *goal setting* mahasiswa mayoritas tergolong sangat tinggi (96,7%), sedangkan prokrastinasi akademik dominan berada pada kategori sedang (40,0%) hingga tinggi (36,7%). Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho* menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,090, karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($0,090 > 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi (*Correlation Coefficient*) yang diperoleh sebesar 0,315, yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *goal setting* dan prokrastinasi akademik. Fenomena ini menunjukkan *intention-behavior gap*, di mana nilai religius dan visi institusi mendorong *goal setting* tinggi, namun interaksi sosial komunal (seperti tradisi warung kopi) kerap memicu penundaan. Kendati demikian, penundaan akademik tersebut tetap lebih dominan dipengaruhi oleh rendahnya regulasi diri, manajemen waktu, dan dinamika kepribadian individu.

Kata kunci: *goal setting, prokrastinasi akademik, perspektif budaya Aceh, mahasiswa bimbingan konseling*

PENDAHULUAN

Mahasiswa di perguruan tinggi dituntut mampu belajar secara mandiri sekaligus bertanggung jawab terhadap penyelesaian berbagai tugas akademik. Beragam aktivitas, mulai dari penyusunan makalah, proyek kelompok, hingga tugas akhir, membutuhkan kemampuan mengatur waktu dan strategi belajar yang baik (Jannah & Sulianti, 2021). Namun, pada kenyataannya, tidak semua mahasiswa mampu mengelola tuntutan tersebut secara optimal.

Salah satu permasalahan yang banyak ditemukan di lingkungan perguruan tinggi adalah prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda pengerjaan maupun penyelesaian tugas akademik meskipun individu menyadari adanya konsekuensi negatif yang dapat ditimbulkan. Fenomena prokrastinasi akademik atau perilaku menunda-nunda pekerjaan akademik masih menjadi permasalahan yang sangat marak ditemukan. Banyak mahasiswa menghadapi kesulitan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas tepat waktu, yang pada akhirnya memicu stres akademik, penurunan prestasi, hingga keterlambatan masa studi.

Fenomena ini bahkan terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang secara teoritis mempelajari ilmu perilaku dan manajemen diri. Hasil studi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa sekitar 65% mahasiswa melakukan penundaan dalam pengerjaan tugas dan 75% mengalami keterlambatan dalam pengumpulan tugas (Husain, Abdul Rivai, Tuti Wantu, 2023).

Berdasarkan pengamatan di lapangan, pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh tidak sedikit mahasiswa yang cenderung menunda pengerjaan tugas-tugas perkuliahan hingga mendekati tenggat waktu, sehingga terbiasa menerapkan strategi Sistem Kebut Semalam (SKS). Kebiasaan ini umumnya dipicu oleh tingginya tingkat distraksi dari luar dan pengelolaan diri yang belum optimal. Mahasiswa sering kali lebih memilih mengalokasikan waktunya untuk aktivitas yang dianggap lebih menarik dan memberikan kepuasan instan, seperti penggunaan media sosial secara berlebihan di telepon pintar (*smartphone*), menonton drama Korea secara beruntun (*maraton drakor*) hingga lupa waktu, ataupun melakukan kegiatan hiburan lainnya. Akibat penundaan dan maraknya distraksi tersebut, tugas-tugas akademik yang dihasilkan menjadi kurang maksimal, pengumpulan tugas sering mengalami keterlambatan, serta memicu tingginya tingkat kecemasan saat menghadapi *deadline*.

Selama menjalani perkuliahan, mahasiswa tidak hanya dituntut menyelesaikan berbagai tugas akademik, tetapi juga mampu menentukan prioritas dalam penggunaan waktu dan energinya. Salah satu kemampuan yang berperan dalam proses tersebut ialah goal setting. Dengan memiliki tujuan yang jelas, mahasiswa akan lebih mudah menyusun langkah-langkah untuk mencapai target akademik sehingga kecenderungan menunda pekerjaan dapat diminimalkan.

Goal setting merupakan proses penetapan sasaran yang spesifik, terukur, dan menantang untuk mengarahkan perilaku (Locke & Latham, 2013). Ketika mahasiswa tidak memiliki tujuan belajar yang jelas, mereka cenderung kehilangan arah, sulit menentukan prioritas, dan mudah tergoda untuk menunda tugas. Sebaliknya,

mahasiswa dengan goal setting yang kuat memiliki komitmen dan motivasi diri yang lebih tinggi sehingga terhindar dari kebiasaan menunda.

Selain dipengaruhi oleh faktor individu, perilaku belajar mahasiswa juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan budaya tempat mereka tinggal. Pada masyarakat Aceh, nilai religiusitas, kebersamaan, dan budaya berkumpul di warung kopi menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut dapat memberikan dampak yang berbeda terhadap mahasiswa. Di satu sisi mampu memperlancar hubungan sosial, namun di sisi lain dapat mengurangi waktu belajar apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengatur prioritas. Budaya Aceh juga memiliki falsafah hidup yang kuat terkait nilai tanggung jawab, religiusitas, dan kebersamaan (*meuseuraya*) (Basri, 2021). Nilai-nilai budaya ini secara psikologis berpotensi membimbing bagaimana mahasiswa menetapkan tujuan hidupnya serta bagaimana mereka memandang tanggung jawab akademiknya.

Meskipun kajian *goal setting* dan prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan, namun kajian mengenai *goal setting* dan prokrastinasi akademik sejauh ini masih terpaku pada pendekatan psikologi umum. Celah tersebut perlu diisi mengingat budaya Aceh dengan kebiasaan sosial dan nilai-nilai lokalnya memiliki andil besar dalam membentuk komitmen belajar serta cara mahasiswa mengelola waktu. Oleh sebab itu, mengkaji hubungan kedua variabel ini dalam bingkai perspektif budaya Aceh memberikan sudut pandang baru yang relevan dan penting untuk dieksplorasi.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *goal setting* dan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari perspektif budaya Aceh pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang melibatkan penggunaan data numerik untuk mengumpulkan dan menganalisis informasi tentang fenomena atau masalah tertentu (Mamuaya et al., 2025). Tujuan utama dari penelitian kuantitatif adalah menguji sejauh mana prediktor satu atau beberapa variabel independen terhadap variabel dependen. Penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan alat ukur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya (Soesana et al., 2023). Desain dalam penelitian ini menggunakan desain korelasional, yaitu untuk menguji apakah dan sejauh mana terdapat hubungan statistik antara dua variabel atau lebih (Mamuaya et al., 2025). Desain ini dipilih untuk menguji hubungan antara goal setting dan prokrastinasi akademik tanpa memberikan perlakuan khusus kepada subjek penelitian.

Pemilihan metode kuantitatif dalam penelitian ini didasari atas kebutuhan untuk menguji hipotesis antarvariabel secara objektif menggunakan analisis angka. Dengan menerapkan rancangan korelasional, peneliti dapat memetakan secara jelas seberapa kuat serta ke mana arah hubungan antara kapasitas *goal setting* dan tingkat prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa, apakah hubungan tersebut bersifat searah ataupun berlawanan.

Penelitian ini sepenuhnya bersifat non-eksperimental. Pemilihan jenis dan desain ini dinilai sangat relevan karena tujuan utama penelitian bukan untuk mengubah perilaku subjek melalui suatu program intervensi, melainkan untuk memperoleh gambaran ilmiah dan faktual mengenai seberapa signifikan kontribusi *goal setting* terhadap penundaan akademik dalam bingkai budaya lokal yang sedang berlangsung.

Pengambilan sampel dilakukan menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan dan kriteria tertentu. Kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2024 yang sedang menempuh perkuliahan semester 4 dan bersedia mengisi instrumen kuesioner. Dari teknik tersebut, diperoleh sampel sebanyak 30 mahasiswa ($N = 30$). Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu. Kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2024 yang sedang menempuh perkuliahan semester 4 dan bersedia mengisi instrumen kuesioner. Dari teknik tersebut, diperoleh sampel sebanyak 30 mahasiswa ($N = 30$). Penentuan jumlah sampel ini merujuk pada aturan praktis (*rule of thumb*) Roscoe dalam Sugiyono (2021). yang mengemukakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Dengan demikian, jumlah sampel ($N = 30$) telah memenuhi kriteria kelayakan minimal untuk analisis kuantitatif.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui metode kuesioner tertutup yang disusun secara digital menggunakan platform *Google Form*. Penggunaan kuesioner digital ini dipilih atas pertimbangan efisiensi waktu, kemudahan aksesibilitas bagi responden, serta akurasi dalam perekaman data jawaban. Sejalan dengan teknik *purposive sampling* yang diterapkan, proses penyebaran kuesioner dilakukan secara daring (*online*) dengan memanfaatkan media komunikasi digital *WhatsApp*. Peneliti mendistribusikan tautan (*link*) *Google Form* ke dalam grup komunikasi resmi mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh angkatan 2024. Mahasiswa aktif angkatan 2024 yang memenuhi kriteria penelitian dapat mengakses tautan tersebut dan mengisi instrumen secara mandiri (*self-administered questionnaire*). Seluruh respon yang masuk terekam secara otomatis ke dalam basis data *Google Sheets*, yang selanjutnya diunduh dan ditelaah untuk tahap pengolahan data statistik.

Penelitian ini menggunakan dua instrumen psikologis berupa skala likert yang diadopsi dari penelitian terdahulu yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Skala pertama adalah Skala *Goal Setting* yang diadopsi dari instrumen *Goal Setting Formative Questionnaire* yang dikembangkan oleh Gaumer Erickson, Soukup, Noonan, dan McGurn (2018). Pada penelitian ini, peneliti secara khusus mengadopsi versi adaptasi dan terjemahan bahasa Indonesia yang telah divalidasi oleh Amalia Miftahul Falah (Falah, 2021). Skala ini dikembangkan berdasarkan tiga komponen utama dalam penetapan tujuan dan terdiri dari 19 butir pernyataan. Pilihan jawaban pada skala ini menggunakan format skala Likert 5 (lima) poin, Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), Sangat Sesuai (SS). Kemudian skala kedua

yaitu Skala Prokrastinasi Akademik yang diadopsi dari instrumen yang dikembangkan dan diuji oleh Ayu, Syafwar, Irman, dan Rafiola (Ayu et al., 2025).

Instrumen ini disusun berdasarkan teori prokrastinasi akademik dari Solomon dan Rothblum, yang diukur menggunakan format skala Likert dengan 5 (lima) alternatif pilihan jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Meskipun kedua instrumen ini merupakan instrumen adopsi yang sudah baku, peneliti tetap melakukan uji sifat psikometrik ulang untuk memastikan keterandalan alat ukur ini pada subjek mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry.

Hipotesis penelitian yang diajukan adalah:

H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara goal setting dengan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari perspektif budaya Aceh pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

H_1 : Terdapat hubungan yang signifikan antara goal setting dengan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari perspektif budaya Aceh pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *goal setting* (penetapan tujuan) dan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari perspektif budaya Aceh pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Berdasarkan kuesioner digital yang disebar, diperoleh total responden sebanyak 30 mahasiswa. Adapun rincian karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada Tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	11	37%
	Perempuan	19	63%
	Total	30	100%
Angkatan	2024	30	100%
	Total	30	100%
Latar Budaya	Suku Asli/sudah menetap lama di Aceh	30	100%
	Total	30	100%

Berdasarkan pada tabel 1. Responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan 19 orang (63%), dengan Angkatan 2024 30 orang (100%), dan seluruhnya (100%) merupakan suku asli atau penduduk yang sudah lama menetap

di Aceh. Keseragaman pada latar budaya ini dapat menjadi indikator penting bahwa hasil penelitian akan sangat merepresentasikan perspektif lokal masyarakat di Aceh.

Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif ini digunakan untuk memberikan gambaran mengenai kondisi nyata subjek penelitian pada masing-masing variabel. Rentang pengelompokkan skor (kategorisasi) ditentukan berdasarkan nilai rata-rata (*Mean*) kelompok dan Standar Deviasi (*SD*). Dari penelitian yang dilakukan maka dapat diperoleh hasil:

Tabel 2. Hasil Uji Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Goal Setting	30	66.00	95.00	83.0000	9.20270
Prokrastinasi Akademik	30	21.00	105.00	67.0667	25.24492
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan Tabel 2 di atas, diketahui bahwa variabel *Goal Setting* memiliki rata-rata (*Mean*) sebesar 83.00 dengan rentang skor dari yang terendah yaitu 66 hingga skor tertinggi sebesar 95. Sementara itu, variabel Prokrastinasi Akademik memiliki nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 67,00 dengan rentang skor berkisar dari yang terendah yaitu 21 hingga skor tertinggi mencapai 105. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dilakukan kategorisasi kecenderungan 3 jenjang, berdasar pada norma menurut Saifuddin Azwar (Azwar, 2012).

Tabel 3. Distribusi Kategorisasi Goal Setting

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 44,33$	-	-
Sedang	$44,33 \leq X < 69,67$	1	3,3%
Tinggi	$69,67 \geq X$	29	96,7%
Total			100%

Pengkategorian mengenai tingkatan dari variabel *Goal Setting* yaitu, kapasitas *Goal Setting* pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh didominasi oleh kategori tinggi dengan jumlah 29 responden (96,7%). Sementara itu, responden yang berada pada kategori Sedang hanya sebanyak 1 responden (3,3%), dan tidak terdapat responden pada kategori Rendah (0%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara umum tingkat *Goal Setting* pada responden berada dalam kategori sangat tinggi.

Hal ini mencerminkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry angkatan 2024 pada umumnya telah memiliki orientasi masa depan, perencanaan studi, dan target akademis yang terstruktur dengan sangat baik. Sebagai mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi Islam, perencanaan target ini menjadi instrumen penting untuk beradaptasi dengan tuntutan perkuliahan.

Tabel 4. Distribusi Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 49$	7	23,3%
Sedang	$49 \leq X < 77$	12	40,0%
Tinggi	$77 \geq X$	11	36,7%
	Total		100%

Pengkategorian mengenai tingkatan dari variabel diketahui bahwa tingkat Prokrastinasi Akademik mahasiswa BK UIN Ar-Raniry dengan kategori Rendah sebanyak 7 orang (23,3%). Sementara itu, responden yang berada pada kategori Rendah adalah sebanyak 15 orang (18%), kategori Sedang sebanyak 12 orang (40,0%), dan kategori Tinggi sebanyak 11 orang (36,7%). Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mayoritas mahasiswa BK UIN Ar-Raniry tergolong sedang hingga tinggi. Artinya, meskipun mahasiswa memiliki target dan tujuan belajar yang jelas (*goal setting* tinggi), kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas-tugas akademis tetap terjadi dalam frekuensi yang cukup sering.

Fenomena ini berlawanan dengan teori motivasi pencapaian yang dikembangkan oleh Locke dan Latham (2013), yang menyatakan bahwa tujuan yang spesifik, menantang, dan realistis secara ideal dapat meningkatkan motivasi, usaha, ketekunan, serta kinerja individu dalam menyelesaikan tugas. Secara teoretis, peningkatan kapasitas *goal setting* seharusnya berbanding terbalik (berkorelasi negatif) dengan tingkat penundaan tugas akademik.

Hubungan negatif tersebut juga didukung oleh temuan Faizi (2025) serta Arsyad (2023) yang menegaskan bahwa kemampuan menetapkan tujuan yang jelas bertindak sebagai pereduksi kecenderungan prokrastinasi.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada masing-masing variabel, yaitu *Goal Setting* (X) dan *Prokrastinasi Akademik* (Y), berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini menggunakan teknik analisis *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* melalui bantuan program SPSS dengan taraf signifikansi sebesar 0,05.

Tabel 5. Uji Normalitas

		Goal Setting	Prokrastinasi Akademik
N		30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	83.00	67.07
	Std. Deviation	9.203	25.245
Most Extreme Differences	Absolute	.177	.118
	Positive	.177	.091
	Negative	-.177	-.118
Test Statistic		.177	.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.018 ^c	.200 ^{c,d}

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* pada Tabel 5, diperoleh nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) untuk variabel Prokrastinasi Akademik sebesar 0,200, yang menunjukkan bahwa data variabel tersebut berdistribusi normal karena nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 ($0,200 > 0,05$). Sebaliknya, variabel *Goal Setting* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,018, yang berarti data variabel tersebut tidak berdistribusi normal secara statistik karena nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05 ($0,018 < 0,05$).

Dikarenakan salah satu variabel tidak berdistribusi normal sehingga asumsi statistik parametrik tidak terpenuhi, maka pengujian hipotesis untuk analisis hubungan kedua variabel ini dialihkan menggunakan metode statistik non-parametrik, yaitu Uji Korelasi *Spearman's Rho* yang tidak mensyaratkan normalitas data.

Uji Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan awal atau jawaban alternatif yang dirumuskan oleh peneliti terhadap permasalahan yang diajukan dalam penelitiannya. Untuk menentukan apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak secara signifikan, diperlukan pengujian menggunakan prosedur statistik yang sistematis (Halimah & Duskri, 2025).

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik non-parametrik korelasi *Spearman's Rho*, hal ini dikarenakan salah satu variabel penelitian memiliki data yang tidak berdistribusi normal. Adapun data hasil pengujian hipotesis tersebut dapat dilihat pada Tabel dibawah ini.

Tabel 7. Uji Korelasi Spearman's Rho

		Goal Setting	Prokrastina si Akademik
Spearman's rho	Goal Setting	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.315
		N	.090
Prokrastinasi Akademik	Goal Setting	Correlation Coefficient	.315*
		Sig. (2-tailed)	1.000
		N	.090

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan statistik non-parametrik yaitu uji korelasi *Spearman's Rho*. Hasil analisis menunjukkan ilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) sebesar 0,090. Taraf signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,05$, karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($0,090 > 0,05$), maka hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Selain itu, nilai koefisien korelasi (*Correlation Coefficient*) yang diperoleh sebesar 0,315. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Goal Setting* dengan Prokrastinasi Akademik pada responden dalam penelitian ini. Tingginya penetapan tujuan yang

dimiliki mahasiswa tidak secara otomatis menurunkan atau menghilangkan perilaku menunda-nunda penyelesaian tugas akademik mereka.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara kedua variabel menunjukkan bahwa memiliki tujuan akademik yang jelas belum tentu diikuti oleh perilaku yang konsisten dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa mungkin telah mengetahui apa yang ingin dicapai, tetapi masih menghadapi kesulitan dalam mengelola waktu, mengendalikan distraksi, ataupun mempertahankan konsistensi ketika mengerjakan tugas. Variabel *goal setting* pada dasarnya berada pada domain kognitif yang berkaitan dengan niat, ekspektasi, dan harapan masa depan. Sementara itu, prokrastinasi akademik merupakan representasi dari kegagalan regulasi diri (*self-regulation failure*) dan kendala dalam eksekusi perilaku harian.

Memiliki penetapan tujuan yang jelas (*goal setting* tinggi) tidak serta-merta menjamin seseorang terbebas dari prokrastinasi jika tidak diimbangi dengan keterampilan manajemen waktu (*time management*), kemampuan mengelola tingkat stres, serta ketahanan terhadap distraksi lingkungan perkuliahan.

Untuk memahami secara komprehensif mengapa kapasitas *goal setting* yang tinggi tidak berbanding lurus dengan rendahnya prokrastinasi akademik, penelitian ini membedah fenomena tersebut melalui kerangka budaya lokal serta latar belakang sejarah institusional tempat mahasiswa menimba ilmu. Seluruh responden dalam penelitian ini (100%) merupakan mahasiswa bersuku asli atau telah menetap lama di Aceh.

Secara historis, keberadaan UIN Ar-Raniry Banda Aceh tidak dapat dilepaskan dari fondasi filosofis pendiriannya. Merujuk pada sejarah perkembangannya, tujuan pengajaran pada IAIN Jami'ah Ar-Raniry (sekarang UIN Ar-Raniry) adalah membentuk sarjana muslim yang berakhlak mulia, berilmu, cakap, serta memiliki kesadaran untuk bertanggung jawab atas kesejahteraan umat dan masa depan bangsa (Suhandang, 1988). Nilai dasar ini ditransmisikan secara berkesinambungan untuk mendidik mahasiswa secara seimbang di berbagai aspek kehidupan demi melahirkan profil "manusia seutuhnya" atau "insan kamil" (Daulay, 2014).

Konteks historis dan filosofis ini secara langsung mengkonstruksi pemikiran mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry. Sebagai mahasiswa di perguruan tinggi Islam, mereka terinternalisasi oleh norma akademis dan religius yang menuntut mereka untuk memiliki pandangan hidup yang jelas, niat menuntut ilmu yang lurus, serta cita-cita yang luhur demi kemaslahatan masyarakat. Internalisasi nilai-nilai tatanan ideal ini menjelaskan mengapa secara deskriptif kapasitas *goal setting* mahasiswa menumpuk secara dominan pada kategori sangat tinggi (96,7%). *Goal setting* dalam kerangka ini dipahami oleh mahasiswa sebagai wujud komitmen kognitif dan moral terhadap cita-cita pendidikan yang diembannya.

Walaupun memiliki tujuan akademik yang jelas, mahasiswa tetap menghadapi berbagai distraksi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satunya ialah tingginya intensitas interaksi sosial yang menjadi bagian dari budaya masyarakat Aceh, seperti kebiasaan berkumpul di warung kopi. Aktivitas tersebut dapat mengurangi waktu belajar apabila mahasiswa belum mampu mengatur prioritas secara efektif.

Salah satu manifestasi ruang sosial ini adalah tradisi berkumpul dan berdiskusi di warung kopi. Dalam masyarakat Aceh, warung kopi bukan sekadar tempat singgah fisik, melainkan pusat artikulasi sosial, ruang pertukaran gagasan, serta sarana menjaga keharmonisan hubungan antarindividu.

Bagi mahasiswa, keterlibatan dalam pola interaksi sosial ini sering kali memicu *role conflict* (konflik peran) antara tuntutan menyelesaikan tugas mandiri secara individual dengan kewajiban menjaga kebersamaan dalam kelompok sosialnya. Ketika waktu efektif harian tersita oleh aktivitas sosial komunal, mahasiswa cenderung menggeser pengerjaan tugas-tugas kuliah mendekati batas akhir penyerahan (*deadline*). Hal inilah yang memicu terjadinya prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang (40,0%) hingga tinggi (36,7%).

Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latar belakang sosiokultural dan visi institusi tersebut tidak dapat dijadikan alasan utama yang membenarkan perilaku penundaan tugas. Ketika mahasiswa dihadapkan pada padatnya aktivitas sosial di satu sisi dan tuntutan target akademis di sisi lain, dinamika yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa kendala utamanya kembali pada karakteristik kepribadian (*personality*) dan kapasitas regulasi diri masing-masing individu. UIN Ar-Raniry sebenarnya telah menyediakan lingkungan akademik yang mendukung pengembangan diri yang seimbang. Akan tetapi, belum matangnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu (*time management*), rendahnya tingkat kegigihan personal (*grit*), serta kesulitan dalam mereduksi distraksi di lingkungan sekitar membuat mereka kurang optimal dalam menyusun skala prioritas.

Dengan demikian, prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UIN Ar-Raniry lebih mencerminkan tantangan kepribadian individu yang sedang berproses belajar mengambil tanggung jawab penuh atas target masa depan mereka.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh angkatan 2024 umumnya memiliki tingkat *goal setting* yang tinggi, yaitu sebesar 96,7%. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki tujuan akademik, perencanaan studi, serta orientasi terhadap masa depan yang cukup jelas. Meskipun demikian, tingkat prokrastinasi akademik masih berada pada kategori sedang (40,0%) hingga tinggi (36,7%), sehingga kecenderungan menunda penyelesaian tugas masih banyak ditemukan pada responden.

Hasil uji korelasi menggunakan Spearman's Rho menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *goal setting* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UIN Ar-Raniry Banda Aceh angkatan 2024 ($r_s = 0,315$ $p = 0,090 > 0,05$). Dengan demikian, tujuan akademik yang jelas belum tentu diikuti oleh perilaku yang konsisten dalam menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu.

Temuan tersebut mengindikasikan bahwa perilaku prokrastinasi tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan menetapkan tujuan, tetapi juga berkaitan dengan faktor lain, seperti regulasi diri, kemampuan mengelola waktu, serta kemampuan mengendalikan berbagai distraksi yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Nilai-

nilai akademik dan budaya yang dimiliki mahasiswa dapat membentuk tujuan belajar yang baik, namun pencapaian tujuan tersebut tetap bergantung pada kemampuan individu dalam menerapkannya ke dalam tindakan nyata.

Berdasarkan hasil penelitian ini, institusi dan dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry diharapkan dapat mengembangkan program yang tidak hanya berfokus pada penguatan *goal setting*, tetapi juga pada peningkatan regulasi diri dan keterampilan manajemen waktu. Melalui program tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengubah tujuan yang dimiliki menjadi langkah-langkah yang lebih terencana, realistis, dan dapat diterapkan dalam kegiatan akademik sehari-hari.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar dengan teknik pengambilan sampel yang lebih representatif. Penelitian berikutnya juga dapat mempertimbangkan variabel lain, seperti *grit*, efikasi diri, kecemasan akademik, maupun faktor psikologis lainnya yang berpotensi memengaruhi prokrastinasi akademik, sehingga gambaran mengenai faktor-faktor yang berperan dalam perilaku tersebut dapat dijelaskan secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, S. P., Syafwar, F., & Rafiola, R. H. (2025). *Validitas dan Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Mahasiswa*. 03(04), 1872–1879. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.666>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*.
- Basri. (2021). *Perjalanan Pendidikan Islam di Aceh Masa Orde Baru*. Zahir Publishing.
- Falah, A. M. (2021). *Instrumen Goal Setting*.
- Halimah, S., & Duskri, M. (2025). *Hipotesis dan Uji Hipotesis dalam Bidang Pendidikan*. 5(2), 10895–10906.
- Husain, Abdul Rivai., Tuti Wantu, M. R. P. (2023). *Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa*. 2 (2)(April), 145–157. <https://doi.org/https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.1907>
- Jannah, F., & Sulianti, A. (2021). Persefektif Mahasiswa sebagai Agen OF Change melalui Media Pendidikan. *Journal of Social Science and Education*, 2(2), 181–193. <https://doi.org/https://doi.org/10.21154/asanka.v2i2.3193>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2013). *New Developments in Goal Setting and Task Performance Edited by*.
- Mamuaya, N. C., Wahyudi, Syah, N., Arifin, M. Z., & Kurniawan, J. (2025). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*. Azzia Karya Bersama. <https://books.google.co.id/books?id=HRJaEQAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, & Fitri, A. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*. Yayasan Kita Menulis. <https://share.google/qAJ343kQxnp2Ze3kz>