BAB II

KAJIAN TEORITIK

2.1 Kajian Teori dan Hasil Penelitian Relevan

2.1.1 Self Regulation

2.1.1.1 Definisi *Self Regulation*

Menurut American Psychological Association, *self regulation* adalah upaya untuk mengendalikan perilaku melalui pemantauan diri *(self-monitoring)*, evaluasi diri (*self-evaluation)*, dan peningkatan diri (*self-reinforcement)*.

Menurut Zimmerman (1990) dalam (Utari, 2018), regulasi diri dalam belajar didefinisikan sebagai suatu proses pengaturan dan pengelolaan metakognisi, motivasi, dan strategi belajar dalam proses belajar untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Lebih lanjut dijelaskan juga bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan suatu pengetahuan potensial yang dimiliki individu untuk meningkatkan prestasi akademiknya, merancang strategi belajar, menentukan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan belajar, serta mengevaluasi keberhasilan dan kekurangaan yang diperoleh (Zimmerman (1990) dalam Utari 2018)).

Rachmah (2015) juga menyebutkan bahwa *self regulation* digunakan untuk mendeskripsikan konsep dasar mengenai perilaku yang diarahkan pada pencapaian tujuan secara sadar. Menurut Yasdar (2018) *self regulation* dapat digambarkan sebagai sebuah rangkaian yang mendapatkan *feedback* dari tingkah laku sebelumnya yang akan digunakan untuk membuat penyesuaian dalam upayanya saat ini. Penyesuaian seperti ini diperlukan untuk menentukan tahap-tahap untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Menurut Alwisol (2009) dalam Alfiana (2013) ada tiga langkah yang dilakukan manusia untuk mewujudkan pengaturan diri, antara lain manipulasi, pemantauan, dan evaluasi faktor eksternal Dari beberapa definisi tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa *self regulation* adalah kemampuan seseorang untuk mengatur diri dalam aktivitas belajarnya dengan cara mengendalikan pikiran, memotivasi, mengevaluasi dan mengontrol perilakunya untuk mencapai sebuah tujuan.

2.1.1.2 Hakikat *Self Regulation*

Menurut Elvina (2008) dalam pengaturan diri (*self regulation*) memiliki makna sebagai cara belajar mandiri siswa agar mencapai tujuan akademik dengan mengendalikan perilaku, memotivasi diri sendiri, dan mengandalkan metode berpikir independen. Pengaturan diri pada dasarnya berarti seseorang terus aktif dalam proses belajarnya, serta berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan menggunakan sumber informasi dengan sebaik mungkin.

Zimmerman (1990) dalam Utari (2018) menjelaskan bahwa ada beberapa istilah yang mempengaruhi pengaturan diri, salah satunya adalah istilah *triadhic reciprocal environment* yang terdiri dari individu, lingkungan, dan perilaku. Yang dapat dijelaskan sebagai berikut: 1) individu adalah seseorang yang mempunyai pengaruh pribadi secara langsung terhadap sesuatu yang dilakukan dan tujuan dari tindakan tersebut, misalnya mendapatkan jawaban yang benar terhadap permasalahan yang dihadapi sebelumnya. 2) lingkungan, yang berarti kondisi dimana individu dapat mengubah kondisi lingkungannya agar tidak mempengaruhi aktivitas individu tersebut, misalnya memilih waktu yang tenang untuk belajar di

sekolah atau di rumah. 3) perilaku yang merupakan gabungan proses kognitif siswa dan lingkungan yang saling mempengaruhi, yaitu perilaku partisipatif aktif.

Pengaturan diri (*self regulation*) mengacu pada pikiran, perasaan, dan tindakan dalam mencapai tujuan melalui perencanaan yang tepat sasaran. Ketika mahasiswa mampu merencanakan tujuan belajarnya dengan jelas, maka akan mudah meraih hasil akademik yang memuaskan. Santrock (2007) menyebutkan adanya *self regulation* dalam belajar dapat menciptakan individu yang pandai dalam mengatur, mengevaluasi serta beradaptasi dengan berbagai tantangan akademik sehingga akan membantunya dalam meraih prestasi. Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar mempunyai peranan yang besar dalam pencapaian prestasi akademik seseorang (Cheng (2011) dalam Rachmach (2013)).

2.1.1.3 Komponen-Komponen *Self Regulation*

Menurut Zimmermann (2002) dalam Utari (2018), regulasi diri atau pengaturan diri dalam proses pembelajaran adalah pengendalian proses pembelajaran individu dengan menetapkan tujuan yang mengacu pada metakognisi dan perilaku aktif dalam pembelajaran mandiri. Berdasarkan definisi dari beberapa ahli dapat disimpulkan *self regulation* merupakan pengaturan diri dalam belajar yang mengacu pada tiga aspek yaitu:

1. Komponen metakognitif. Metakognitif umumnya dipandang sebagai kemampuan untuk berpikir dan mengontrol proses berpikir diri sendiri. Metakognitif juga diartikan sebagai pengendalian diri dalam belajar. Metakognisi didefinisikan sebagai pengetahuan dan keterampilan siswa tentang bagaimana menyesuaikan diri terhadap suatu tugas untuk mengoptimalkan

proses dan hasil belajar. Komponen metakognitif digunakan untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi pemikiran diri sendiri.

2. Komponen motivasional. Komponen motivasional disebut juga sebagai faktor perasaan. Dalam *self regulation*, mengetahui strategi yang efektif saja tidak cukup, mahasiswa juga perlu termotivasi untuk mengendalikan perasaannya. Komponen motivasi ini mencakup efikasi diri dan minat serius terhadap tugas, yang berarti keinginan dan dorongan untuk terlibat dan menyelesaikan tugas merupakan bagian penting dari pengaturan diri dalam pembelajaran di kelas.
3. Komponen Perilaku. Komponen perilaku yang dimaksud merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan untuk mendukung aktifitas belajar. Komponen ini mencakup pemilihan, pengorganisasian, dan pengendalian lingkungan belajar untuk mengoptimalkan proses pembelajaran. Strategi ini membantu mahasiswa beradaptasi dengan lingkungannya sehingga dapat mengubahnya sesuai dengan tujuan dan kebutuhan belajarnya.

Bandura (1991) dalam Atiyah (2020) mengungkapkan terdapat tiga aspek dalam regulasi diri, yaitu:

1. Observasi diri. Observasi diri merupakan usaha individu untuk memahami perilaku melalui pengamatan terhadap kualitas dan kuantitas kinerjanya.
2. Proses penilaian. Proses penilaian merupakan kesadaran individu untuk menilai seberapa berharga tindakan atau perbuatannya berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan.

3. Reaksi diri. Reaksi diri merupakan respon individu baik secara positif maupun negatif berdasarkan apa yang telah didapatkan dari perilaku yang telah dilakukan.

2.1.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation*

Regulasi diri dalam teori kognitif sosial yang dikemukakan oleh Zimmerman (1990) dalam Utari (2018) ada tiga faktor utama yang diyakini paling berpengaruh terhadap cara seseorang dalam mengatur diri, yaitu :

1. Faktor individu atau personal yang terdiri atas pengetahuan deklaratif, prosedural, dan kondisional yang digunakan siswa pada saat mempelajari, menghafal, dan memahami materi.
2. Faktor lingkungan yang mencakup motivasi berprestasi.
3. Faktor perilaku yng meliputi kemampuan metakognitif untuk merencanakan, memantau, dan mengembangkan pemikiran.

Ketika mahasiswa memiliki ketiga aspek tersebut, maka akan tercipta regulasi diri yang tinggi sehingga akan termotivasi untuk berprestasi dalam studinya. *Social learning theory* (teori pembelajaran sosial) yang dijelaskan Zimmerman (1990) dalam Utari (2018) menekankan untuk fokus dalam proses reciprocal determinism. Proses ini mempertimbangkan faktor perilaku, pribadi, dan lingkungan yang saling mempengaruhi. Ketika mahasiswa menyadari bahwa kesalahan dan kegagalan disebabkan oleh faktor pribadi, lingkungan, atau tindakannya, mereka akan belajar bahwa ada sesuatu yang perlu diubah dan dikendalikan agar dapat berhasil.

2.1.1.5 Indikator Self Regulation

Self regulation dalam pembelajaran merupakan proses pengarahan diri sendiri yang mengubah kondisi mental menjadi kemampuan akademik (Sari, 2014). Siswa dengan self-regulated learning yang baik akan aktif dalam kegiatan pembelajaran (Indrayanto, 2018). Menurut Zimmerman (1990) dalam Utari (2018), indikator regulasi diri (*self regulation*), diantaranya:

1. Evaluasi terhadap kemajuan tugas (*self evaluating*)
2. Mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*)
3. Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*)
4. Mencari informasi (*seeking information*)
5. Mencatat hal-hal penting (*keeping record & monitoring*)
6. Mengatur lingkungan belajar (*evironmental structuring*)
7. Konsekuensi setelah mengerjakan tugas *(self consequences*)
8. Mengulang dan mengingat pelajaran (*rehearsing & memorizing*)
9. Meminta bantuan teman sebaya (*seek peer asistance*)
10. Meminta bantuan tenaga pendidik (*seek teacher assistance*)

Octavera (2017) Indikator dalam self-regulated learning yaitu:

1. Inisiatif belajar
2. Mampu menganalisa kebutuhan pembelajaran
3. Menetapkan tujuan pembelajaran
4. Pemantauan, pengorganisasian, dan pengendalian
5. Melihat kesusahan sebagai tantangan
6. Seleksi sumber belajar
7. Evaluasi proses hasil belajar

8. Konsep diri.

Dari beberapa indikator yang disajikan, maka indikator yang dipilih dalam penelitian ini yaitu indikator menurut Zimmerman (1990) dalam Utari (2018): 1) evaluasi terhadap kemajuan tugas (*self evaluating*); 2) mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*); 3) membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*); 4) mencari informasi (*seeking information*); 5) mencatat hal-hal penting (*keeping record & monitoring*); 6) mengatur lingkungan belajar (*evironmental structuring*); 7) konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*); 8) mengulang dan mengingat pelajaran (*rehearsing & memorizing*); 9) meminta bantuan teman sebaya (*seek peer asistance*); 10) meminta bantuan tenaga pendidik (*seek teacher assistance*).

2.1.2 Keterampilan Komunikasi

2.1.2.1 Definisi Keterampilan

Menurut Amirullah dan Budiyono (2014) keterampilan merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan pengetahuan ke dalam praktik sehingga tercapai tujuan yang diinginkan.

Keahlian seseorang tercermin dari seberapa baik ia dapat menjalankan tugas-tugas tertentu, seperti mengoperasikan peralatan, berkomunikasi, dan sebagainya. Menurut Fauzi (2010) menambahkan bahwa keterampilan dapat mengacu pada tindakan spesifik yang dilakukan atau pada cara keterampilan itu diterapkan. Keterampilan ini sering kali dianggap sebagai pola gerak atau perilaku yang dapat diperluas, seperti menulis, memainkan alat musik, menyetel mesin, berjalan, berlari, dan melompat. Dalam konteks ini, istilah "keterampilan" dipahami sebagai kata benda.

Sebagaimana diungkapkan oleh Sudarmanto (2009), keterampilan merujuk pada kemampuan untuk melaksanakan kegiatan tertentu dengan baik, baik secara fisik maupun mental. Dengan demikian, keterampilan lebih berfokus pada kemampuan individu untuk melakukan kegiatan tertentu. Lalu Iverson (2001) mengatakan keterampilan membutuhkan pelatihan dan kemampuan dasar yang dimiliki seseorang untuk mempercepat proses pencapaian hasil yang lebih bernilai. Dari beberapa definisi tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan adalah keahian seseorang atau individu untuk melakukan aktivitas, tugas atau pekerjaan dengan baik.

2.1.2.2 Definisi Komunikasi

Menurut Hardjana (2016) komunikasi adalah kegiatan seseorang yang ingin menyampaikan pesan melalui media tertentu kepada orang lain kemudian mendapatkan tanggapan. Mulyana (2015) menjelaskan bahwa komunikasi adalah proses berbagi makna melalui perilaku yang diucapkan maupun tidak diucapkan dan dilakukan oleh dua orang atau lebih.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), komunikasi adalah proses pengiriman dan penerimaan pesan atau informasi antara dua orang atau lebih. Tujuan dari komunikasi adalah agar pesan yang disampaikan dapat dipahami dengan jelas. Komunikasi yang baik memerlukan keterampilan dalam menyampaikan pesan secara tepat serta kemampuan untuk mendengar dan memahami informasi yang diterima. Komunikasi tidak hanya sekadar pertukaran kata-kata, tetapi juga proses interaktif yang memungkinkan pemahaman dan kerjasama antara pihak yang terlibat. Komunikasi merupakan sarana menampilkan pesan, mengekspresikan diri, serta mempengaruhi orang lain (Marfuah, 2017).

Komunikasi merupakan proses menyampaikan pemikiran, gagasan, atau konsep, dari pengirim kepada penerima. Pengirim informasi biasanya disebut komunikator dan penerima informasi biasa disebut komunikan (Gitosudarmo, & Mulyono (2001) dalam Ludwig (2011)).

Thoha (2016) menjelaskan bahwa komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan pesan atau informasi dari seseorang ke orang lain. Komunikasi yang efektif memerlukan kemampuan untuk memahami konteks, mengenali kebutuhan audiens, dan menyesuaikan pesan sesuai dengan situasi yang ada. Komunikasi juga melibatkan penerimaan dan proses umpan balik atau respon untuk memperbaiki interaksi. Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan atau informasi dari satu pihak kepada pihak lain, sehingga menimbulkan pemahaman bersama untuk mencapai tujuan tertentu.

2.1.2.3 Definisi Keterampilan Komunikasi

Pengertian keterampilan komunikasi menurut Eggen & Kauchak (2016) dalam Erlinda dan Kustiarini (2022) adalah pengetahuan yang dipakai pada teknik komunikasi non-verbal, verbal, serta media komunikasi guna menunjukkan keterlibatan dalam berinteraksi dan berkolaborasi atau bekerjasama secara efektif. Sedangkan menurut Santrock (2014) mengemukakan bahwa keterampilan komunikasi ialah keterampilan untuk mendengar, berbicara, dan mengatasi masalah serta mampu mencari solusi dari masalah tersebut.

Menurut The *Organisation for Economic Co-operation and Development* (OECD) keterampilan berkomunikasi adalah serangkaian kegiatan mengekspresikan diri secara lisan maupun tulisan, serta memahami isi dari

penyataan yang disampaikan. Keterampilan berkomunikasi sangat penting karena setiap individu mempunyai kebutuhan dalam mengutarakan ide, membantu menyusunan pikiran guna memecahkan masalah.

Pada konteks pembelajaran, keterampilan dalam berkomunikasi dapat dimaknai sebagai keterampilan yang harus dimiliki dan dikuasai oleh seorang peserta didik karena keterampilan ini bertujuan untuk menggali pengetahuan sebanyak-banyaknya serta untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat baik secara lisan maupun tulisan (Marfuah, 2017). Keterampilan komunikasi tergantung pada kemampuan seseorang dalam memahami informasi yang diberikan oleh lawan bicara nya. Komunikasi dianggap efektif apabila pesan yang disampaikan oleh penyampai pesan atau komunikator dapat dipahami dengan baik oleh penerima pesan atau komunikan. Keterampilan komunikasi dapat menjadi bekal bagi seseorang untuk berinteraksi antara satu sama lain, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Di lingkungan akademik, kemampuan komunikasi memungkinkan mahasiswa untuk menyampaikan hasil pemikirannya ketika berdiskusi dengan rekan maupun dosen. Oleh karena itu, keterampilan komunikasi yang terasah dengan baik tidak hanya memperluas pengalaman pribadi, tetapi juga memperluas peluang dan kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

Selanjutnya menurut Nevizond (2007) dalam Pohan (2021), keterampilan komunikasi adalah kemampuan dalam mengadakan hubungan lewat interaksi secara langsung atau media, sehingga pesan atau informasinya dapat dipahami dengan baik. Keterampilan komunikasi tidak dibawa sejak lahir dan tidak muncul begitu saja, keterampilan juga perlu dipelajari dan dilatih. Individu perlu berkomitmen untuk melatih caranya berkomunikasi agar mendapatkan umpan balik

atau respon yang baik dari lawan bicaranya. Setiap individu yang ingin melatih keterampilannya dalam berkomunikasi harus memahami bagaimana cara menyampaikan pesannya dengan jelas, serta berusaha memahami situasi. Dari beberapa definisi tersebut, bisa disimpulkan bahwa keterampilan komunikasi adalah keahlian yang dimiliki seseorang dalam bentuk verbal maupun non-verbal guna mengkomunikasikan maksud dan keinginan agar tidak terjadi kesalahpahaman serta harus terus dilatih atau dikembangkan karena kemampuan ini tidak dibawa sejak lahir.

2.1.2.4 Hakikat Keterampilan Komunikasi

Komunikasi adalah aspek penting dalam kehidupan manusia. Melalui komunikasi manusia mampu menyalurkan pesan dan perasaannya. Komunikasi merupakan sarana dalam menampilkan pesan, mengekspresikan diri, serta mempengaruhi orang lain, (Marfuah (2017). Proses komunikasi terjadi karena adanya pesan yang ingin disampaikan dari komunikator kepada komunikan untuk menyamakan persepsi, Muslim (2015).

Keterampilan komunikasi mengacu pada kemampuan mahasiswa dalam mengembangkan hubungan dengan orang lain melalui interaksi yang efektif (Chatab, 2007). Keterampilan komunikasi menurut Cangara (2008) adalah kecakapan yang dimiliki seseorang ketika hendak menyampaikan sesuatu pada orang lain. Keterampilan komunikasi juga berperan penting dalam membuat mahasiswa paham akan materi perkuliahan. Keterampilan komunikasi mahasiswa harus ditingkatkan sehingga mereka mampu bertanya, mengungkapkan sudut pandang, berdebat, bersosialisasi, dan memahami masalah yang ada di lingkungan sekitar. Keterampilan komunikasi mahasiswa yang kuat dalam menyampaikan ide

serta menangani tantangan dan masalah yang ada saharusnya juga sejalan dengan meningkatnya hasil belajar mahasiswa (Noviyanti, 2011).

2.1.2.5 Komponen-Komponen dalam Keterampilan Komunikasi

Terdapat lima komponen dalam proses keterampilan komunikasi, menurut Marfuah (2017), yaitu:

1. Komunikator, adalah seseorang yang menyampaikan pesan atau informasi kepada orang lain.
2. Komunikan, adalah seseorang yang menerima pesan dari orang lain.
3. Pesan, adalah sesuatu yang disampaikan, dapat berupa ide, informasi, perasaan, maupun perintah.
4. Media, adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan pesan.
5. Efek, adalah perubahan yang terjadi pada komunikan sesuai dengan ekspektasi komunikator.

Sedangkan menurut Santrock (2007) keterampilan komunikasi dibagi menjadi tiga aspek atau komponen utama yaitu:

1. Keterampilan berbicara. Keterampilan berbicara yang baik adalah kemampuan untuk menyampaikan informasi dan pesan dengan jelas kepada orang lain dengan menggunakan bahasa atau komunikasi yang tidak menyinggung perasaan orang lain.
2. Keterampilan mendengar. Yaitu kemampuan seseorang untuk menilai, memperhatikan dan memiliki kepekaan mendengar secara seksama ketika lawan bicara sedang menyampaikan pesan.
3. Keterampilan berkomunikasi non-verbal. Keterampilan berkomunikasi seseorang melibatkan penggunaan ekspresi mata dan wajah, sentuhan, serta

sikap diam atau tanpa gerak. Misalnya, seseorang menyampaikan perasaan seperti cemberut, marah, tertawa, menangis, sedih, atau bimbang melalui ekspresi wajah. Selain itu, seseorang mempertahankan kontak mata dan menatap lawan bicara dengan serius, seperti yang dilakukan guru ketika berbicara dengan siswa.

2.1.2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Komunikasi

Menurut Marfuah (2017), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi yaitu:

1. Percaya diri. Tingkat percaya diri menjadi faktor penting dalam berkomunikasi. Rasa percaya diri muncul ketika seseorang merasa yakin akan kemampuan maupun kelemahan yang dimilikinya. Dengan percaya diri, maka individu dapat berkomunikasi untuk menunjukkan kemampuan dirinya.
2. Toleransi atau menghargai pendapat. Toleransi atau menghargai pendapat memiliki arti saling menghormati dan menerima perbedaan pendapat, ide, atau pandangan yang ada. Bukan hanya soal menghargai orang lain, tetapi juga memberikan ruang bagi setiap orang untuk berbicara, didengar, dan dihargai pendapatnya tanpa takut dihakimi. Dalam konteks pendidikan, sikap toleransi penting untuk menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka, di mana setiap orang, baik tenaga pendidik maupun mahasiswa, bisa berbagi pemikiran dengan bebas, serta dapat belajar dan berkembang bersama. Dengan begitu, lingkungan pendidikan menjadi tempat yang mendukung keberagaman dan memberi kesempatan bagi setiap individu untuk tumbuh dan berkembang.
3. Persepsi, merupakan cara seseorang dalam menjelaskan atau menafsirkan informasi sehingga dapat diolah dan dijadikan sebuah pandangan.

Pembentukan persepsi harus terjadi berdasarkan pengalaman, harapan, dan kepedulian.

4. Nilai dan budaya, bisa dijadikan sebagai tolak ukur dalam komunikasi (pantas atau tidak pantasnya) bahasa yang digunakan agar interaksi terjalin dengan baik. Penggunaan bahasa dalam berkomunikasi harus menggunakan bahasa yang baik, juga perlu memperhatikan perbedaan antara tutur bahasa dengan guru atau tenaga pendidik atau dengan sesama mahasiswa. Namun hal terpenting dari penggunaan bahasa adalah jelas. Jelas dalam menyampaikan informasi dan jelas dalam merespon informasi. Dengan bahasa yang jelas, individu dapat menyampaikan maksud dan tujuannya sehingga dapat dipahami oleh lawan bicara.
5. Emosi, merupakan bentuk reaksi dari seseorang ketika menghadapi suatu kejadian di waktu tertentu. Emosi seringkali tidak dapat dikendalikan oleh diri sendiri. Sehingga dapat mempengaruhi proses terbentuknya komunikasi.

Sementara itu, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan komunikasi menurut Yusuf (dalam Astuti 2017), yaitu :

1. Latar belakang budaya. Pemahaman suatu informasi akan terbentuk dari pola pikir individu melalui kebiasaannya, sehingga semakin sama latar belakang budaya antara komunikator dengan komunikan maka interaksi yang terjalin juga semakin efektif.
2. Ikatan kelompok atau grup. Nilai yang dianut dalam suatu kelompok secara langsung mempengaruhi cara seseorang dalam berkomunikasi.

3. Hubungan keluarga. Hubungan keluarga yang harmonis akan mempercepat perkembangan keterampilan komunikasi pada anak dibandingkan hubungan keluarga yang kurang rukun.

2.1.2.7 Indikator Keterampilan Komunikasi

Menurut Marfuah (2017) keterampilan komunikasi dapat diukur dengan indikator sebagai berikut:

1. Kemampuan berargumentasi atau mengemukakan pendapat. Maksudnya adalah keterampilan untuk menyampaikan ide, gagasan, atau pandangan secara jelas, logis, dan meyakinkan, dengan didukung oleh alasan yang kuat. Berargumentasi bukan berarti harus selalu menang atau memaksakan pendapat, tapi lebih pada cara berdiskusi yang terbuka dan saling menghargai. Dengan kemampuan ini, individu bisa belajar berpikir lebih kritis, lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat, dan juga lebih mudah memahami sudut pandang orang lain.
2. Pesan atau informasi yang disampaikan harus dapat didengar dengan seksama atau dengan artian jelas. Dalam komunikasi, penting untuk memastikan bahwa apa yang disampaikan bisa diterima dengan baik oleh pendengar, tanpa adanya ketidakjelasan yang bisa membuat pesan terabaikan atau salah dimengerti. Agar pesan yang ingin disampaikan efektif, individu perlu memilih kata-kata yang tepat, menyusun kalimat dengan baik, dan menghindari hal-hal yang bisa membuat lawan bicara bingung. Semakin jelas dan sederhana bahasa yang digunakan gunakan, semakin mudah orang lain memahami maksud dari pesan tersebut.

3. Respons dengan sikap rendah hati dan empati artinya merespon orang lain dengan sikap yang penuh pengertian dan menghargai. Ketika kita mendengarkan, kita tidak merasa lebih tahu atau lebih benar, tapi mencoba untuk memahami perasaan dan pandangan orang lain. Dengan empati, kita berusaha melihat situasi dari sudut pandang orang lain dan memberi tanggapan yang baik, tanpa menghakimi.

Sementara menurut Oktaviani (2010) keterampilan komunikasi dapat diukur dengan menggunakan lima indikator sebagai berikut:

1. Mengekspresikan pendapat. Ekspresi merupakan bagian dari pengungkapan perasaan yang dialami suatu individu. Ekspresi harus di utarakan dengan jujur sehingga lawan bicara dapat mengerti situasi atau kondisi yang sedang dialami.
2. Mendengarkan. Saat mendengarkan, undividu harus memberikan reaksi yang sesuai dengan yang dibicarakan serta dapat mengulang kembali atau merespon perkataan yang di lontarkan oleh lawan bicara.
3. Mengkomunikasikan hasil. Komunikasi yang baik adalah komunikasi yang tersampaikan dengan jelas. Dalam penyampainya komunikasi harus secara sederhana, singkat, padat, dan tidak ambigu. Kemampuan mengkomunikasikan hasil biasanya cenderung menyimpulkan perkataan yang di bicarakan.
4. Bertanya. Proses dalam berkomunikasi tak lepas dari sebuah pertanyaan. Untuk komunikasi yang efektif, penting untuk bertanya dengan sopan agar dapat meminimalisir ketersinggungan.
5. Menjawab. Ada pertanyaan harus juga ada jawaban. Menjawab pertanyaan perlu memperhatikan kejelasan, nilai kejujuran dan ketepatan.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas terkait dengan indikator keterampilan komunikasi, peneliti merumuskan indikator keterampilan komunikasi dengan mengambil pendapat dari Marfuah (2017) karena dianggap yang paling sesuai dengan penelitian yang dilakukan.

2.1.3 Performa Akademik

2.1.3.1 Definisi Performa Akademik

Performa akademik menurut Cavilla (2017) adalah kemampuan atau kinerja individu dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Menurut O'Connor (2007) performa akademik adalah hasil akhir yang di peroleh seseorang dan dipandang sebagai wujud keberhasilan selama mengikuti proses pendidikan dalam suatu institusi pendidikan. Istilah performa akademik. dalam penelitian juga dikenal dengan sebutan kesuksesan belajar atau prestasi belajar. Shahzadi (2011) mengemukakan bahwa performa akademik adalah kemampuan peserta didik dalam mempelajari materi yang diberikan serta kemampuan dalam menyelesaikan tugas.

Menurut Bhagat (2013) performa akademik atau adalah hasil dari proses pembelajaran yang terjadi pada suatu institusi atau sekolah yang didalamnya terlibat oleh guru, siswa ataupun mahasiswa. Maler (dalam Rangga dan Naomi, 2007) menafsirkan performa sebagai keberhasilan atau pencapaian seseorang dalam melakukan sesuatu. Definisi ini menekankan bahwa performa tidak hanya mencakup hasil akhir dari suatu usaha, tetapi juga cara dan proses penyelesaian usaha tersebut. Performa mencerminkan sejauh mana individu mencapai tujuan yang telah ditetapkan, serta kualitas dan efisiensi usaha mereka dalam mencapai hasil tersebut. Performa yang baik menunjukkan bahwa seseorang mampu memenuhi atau bahkan melebihi harapan dan standar yang ada, sedangkan

performa yang kurang baik mungkin menandakan kebutuhan untuk perbaikan atau peningkatan keterampilan.

Menurut Galatia (2016) performa akademik didefinisikan sebagai prestasi yang diperoleh dari keikutsertaan dalam pembelajaran, perolehan pengetahuan, keterampilan atau kompetensi yang diinginkan, serta ketekunan dalam proses belajar. Berdasarkan beberapa definisi yang telah disebutkan, maka dapat disimpulkan bahwa performa akademik mahasiswa adalah tingkat keberhasilan belajar mahassiwa yang didapatkan melalui usaha yang optimal sebagai bukti bahwa mahasiswa mampu memenuhi standar dan dapat dijadikan sebagai tolak ukur dalam prestasi akademik.

2.1.3.2 Hakikat Performa Akademik

Menurut Mason (2017) performa akademik adalah fenomena yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pemikiran, motivasi, pembelajaran dan keterampilan belajar. Menurut Alex Sobur (2006) kinerja atau performa akademik merupakan sebuah upaya perubahan dalam tingkah laku ataupun keterampilan yang dapat bertambah selama beberapa waktu dan disebabkan karena adanya proses pembelajaran. Faktor yang mempengaruhi proses pembelajaran dapat dilihat dari kinerja atau performa, baik berasal dari internal maupun eksternal individu.

Performa akademik yang baik akan membantu peserta didik dalam pencapaian tujuan pendidikan yaitu meningkatkan kualitas individu dari segi kognitif maupun afektif. Performa akademik yang rendah menandakan bahwa terjadi kendala atau masalah dalam pelaksanaan sistem pembelajaran.

Performa akademik mengacu pada seberapa baik seseorang dapat menyelesaikan tugas pembelajaran (Cavilla 2017). Pada dasarnya, performa

akademik adalah hasil dari bagaimana mahasiswa menyerap dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh selama kuliah. Pengetahuan yang diperoleh akan sering diuji melalui berbagai metode, seperti ujian, tugas, proyek, dan presentasi, hingga hasil akhirnya akan menentukan seberapa baik mahasiswa dalam menguasai materi pelajaran. Namun, performa akademik tidak hanya ditentukan oleh hasil dari penilaian formal. Hal penting lainnya adalah motivasi dan etika belajar mahasiswa. Kedisiplinan serta komitmen dan kemauan untuk menguasai materi pelajaran memainkan peran krusial dalam mencapai hasil akademik yang baik. Motivasi internal dan eksternal juga turut mempengaruhi sejauh mana mahasiswa berusaha untuk mencapai performa akademik yang diinginkan. Selain itu, performa akademik mahasiswa dapat dipengaruhi oleh sikap dalam mengatasi tantangan dan hambatan yang dihadapi selama masa studi. Kemampuan seperti mengelola stres, memotivasi diri, dan mencari solusi untuk masalah akademiknya adalah hal penting untuk menunjang keberhasilan studinya.

Sementara itu menurut Hasan (2014) prestasi atau performa akademik adalah hasil dari suatu yang telah dilakukan dan dirancang, baik secara individu maupun kelompok. Secara keseluruhan, hakikat performa akademik mahasiswa adalah suatu hasil atau nilai akhir dari kegiatan pembelajaran yang diukur melalui keberhasilan akademik.

2.1.3.3 Komponen-Komponen Performa Akademik

Menurut Cavilla (2017) aspek atau komponen performa akademik dapat dijelaskan ke dalam kriteria berikut:

1. Kualitas (*quality*) merupakan tingkat pencapaian atau hasil dari penyelesaian tugas yang hampir sempurna.

2. Kuantitas (*quantity*) merupakan penilaian yang diperoleh dari tugas-tugas atau tanggung jawab yang telah diselesaikan.
3. Ketepatan waktu (timelines) merupakan level di mana tugas dapat diselesaikan tepat waktu, atau bahkan lebih cepat dari jadwal yang ditentukan.
4. Pengawasan (*need for supervision*) merupakan level dimana mahasiswa dapat melakukan tugasnya tanpa meminta bantuan atau arahan dari orang lain.
5. Hubungan antar perseorangan (*interpersonal impact*) merupakan tingkat pencapaian mahasiswa dimana dirinya merasa percaya diri, memiliki keinginan yang positif, dan bekerja sama dalam kelompok diskusi.

2.1.3.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Performa Akademik

Menurut Cavilla (2017) faktor yang dapat menentukan performa mahasiswa dapat diuraikan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal, meliputi:

1. Kesulitan dalam belajar. Kesulitan belajar yang mengakibatkan penurunan performa akademik biasanya disebabkan oleh kurangnya pemahaman materi, gangguan emosional atau stress ataupun gaya belajar yang tidak efektif.
2. Perilaku. Perilaku individua tau mahassiwa yang bisa mempengaruhi hasil belajar adalah merasa sudah tahu segalanya dan tidak berusaha lebih, atau menghindari tugas yang sulit karena takut gagal. Selain itu, ada beberapa individu yang merasa kemampuan akademiknya tetap dan tidak bisa berkembang, namun ia tidak mau berusaha untuk mengevaluasi cara belajarnya.
3. Motivasi. Motivasi dapat menentukan baik tidaknya seseorang dalam belajar, semakin besar motivasinya maka akan semakin besar kesuksesan belajarnya. Seseorang yang besar motivasinya akan giat berusaha, tampak gigih, dan tidak

mau menyerah untuk meningkatkan prestasinya. Sebaliknya sesorang yang memiliki motivasi rendah, cenderung tampak tak acuh, mudah putus asa.

4. Interaksi. Interaksi mahasiswa merujuk pada komunikasi dan kerja sama dengan sesama mahasiswa, dosen, atau staf akademik, seperti diskusi kelas, kerja kelompok, atau presentasi. Interaksi ini membantu memperdalam pemahaman materi, meningkatkan keterampilan dalam menyelesaikan tugas.

Sementara itu, faktor eksternal dalam komponen performa akademik, meliputi:

1. Faktor keluarga, faktor ini dapat mempengaruhi performa akademik. Contoh faktor ini seperti: cara orangtua mendidik, hubungan antara anggota keluarga, kondisi keluarga, kondisi ekonomi keluarga, dan suasana rumah.
2. Faktor lingkungan kampus, faktor ini biasanya berupa bagaimana cara dosen mengajar, media pembelajaran yang digunakan, kurikulum, waktu kuliah, serta lingkup pertemanan mahasiswa
3. Faktor masyarakat, faktor ini dapat mempengaruhi kinerja mahasiswa, contohnya cara hidup di lingkungan masyarakat dengan norma, nilai, dan kebiasaan sehari-hari, agar dapat bertahan di lingkungan akademik.

2.1.3.5 Indikator Performa Akademik

Performa akademik dapat di ukur dengan nilai atau hasil akhir yang diperoleh dalam belajar (Leon dkk, 2023). Menurut Stephan (dalam Priya Singh, 2016) mayoritas peneliti di dunia menetapkan IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) sebagai patokan hasil belajar di Perguruan Tinggi.

Sedangkan menurut Cavilla (2017) Indikator yang digunakan untuk mengukur performa mahasiswa adalah:

1. Hasil akademik, dapat disebut juga sebagai hasil yang diperoleh dari kegiatan belajar di lingkungan pendidikan
2. Prestasi dapat juga disebut wujud nyata kualitas dan kuantitas yang diperoleh mahasiswa dengan usahanya sendiri.ss
3. Perilaku mahasiswa yaitu tindakan, sikap, dan pola interaksi yang ditunjukkan oleh mahasiswa selama masa studi di lingkungan akademik.
4. Sifat pribadi, sifat tertentu yang dimiliki seorang mahasiswa dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugasnya dengan benar.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas terkait dengan indikator performa akademik, maka peneliti merumuskan indikator performa akademik dengan mengambil pendapat dari Alindra Cavilla (2017), karena dianggap paling sesuai dengan penelitian yang dilakukan.

2.1.4 Hasil Penelitian Relevan

1. Bambang (2022): "Pengembangan Self-Regulation Scale Mahasiswa berdasarkan Zimmerman Self-Regulation Model". Penelitian ini merupakan penelitian research and development (pengembangan) yang berfokus pada pembakuan alat ukur psikologi, yaitu self-regulation scale. Metode pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan model pengembangan teoritik, yaitu model yang menggambarkan kerangka berpikir yang didasarkan pada teori-teori yang relevan dan didukung pula oleh data empirik. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan 2020/2021 yang berjumlah sebanyak 168 orang mahasiswa. Adapun berdasarkan hasil uji reliabilitas, self-

regulation scale termasuk ke dalam kategori derajat keterandalan tinggi dengan hasil pengujian sebesar 0,881. Persamaan dari penelitian ini dengan yang akan dilakukan penulis yaitu kesamaan dalam menggunakan variabel *self regulation* dan juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaanya terletak pada variabel Y, serta subjek penelitian, dan aplikasi yang digunakan dalam menganalisis data.

2. Noviyanti (2011): "Pengaruh Motivasi Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pada Tutorial Online Berbasis Pendekatan Kontekstual Pada Matakuliah Statistika Pendidikan". Penelitian dilakukan berdasarkan periode tutorial online program non Pendas yaitu pada tanggal 14 Maret 2011 sampai dengan 8 Mei 2011, dengan menggunakan fasilitas tutorial online Univesitas Terbuka. Variabel pada penelitian ini adalah prestasi belajar (variabel dependen), motivasi (variabel independen), keterampilan berkomunikasi (variabel independen) Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program Non Pendas FKIP-UT yang mengikuti tutorial online. Tutorial online ini merupakan layanan bantuan belajar, sehingga jumlah sampel ditentukan setelah tutorial selesai. Hasil penelitian ini menunjukkan (1) terdapat pengaruh motivasi terhadap prestasi belajar sebesar 88,7%, (2) terdapat pengaruh keterampilan berkomunikasi terhadap prestasi belajar sebesar 74,7%, (3) terdapat pengaruh motivasi dan keterampilan berkomunikasi terhadap prestasi belajar sebesar 89,7%.
3. Shah Ahmad dkk (2020): "University Students' Communication Skills as a Determinant of Academic Performance". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menguraikan strategi pengumpulan data, prosedur penelitian, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk memilih responden

penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Populasi penelitian mencakup semua mahasiswa program BS, BEd, MA, dan MPhil dari Universitas Sargodha. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi berpengaruh terhadap kinerja akademik (*academic performance*). Persamaan dari penelitian ini dengan yang akan dilakukan penulis yaitu kesamaan dalam variable keterampilan komunikasi dan variable performa akademik, serta penggunaan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaanya terletak pada jenis penelitian yang dilakukan dan subjek penelitian.

4. Ramona dkk (2019): "*Self-Regulated Learning And Academic Performance – The Mediating Role Of Students' Achievement Goals*". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari 254 siswa, 53 laki-laki (20,86%) dan 201 perempuan (79,13%). Siswa ini terdaftar pada tahun ketiga program sarjana Psikologi. Usia siswa berkisar antara 20 hingga 26 tahun. Kuesioner diberikan secara online kepada para siswa atau peserta tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komponen pembelajaran yang diatur oleh diri sendiri yaitu pengaturan diri (*self regulation)* berpengaruh terhadap kinerja akademik (*academic performance*) secara langsung. Persamaan dari penelitian ini dengan yang akan dilakukan penulis yaitu kesamaan dalam variable *self regulation* dan variable performa akademik, serta penggunaan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaanya terletak pada jenis penelitian yang dilakukan dan subjek penelitian.
5. Utami dkk (2023): "Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan Self Regulated Learning terhadap Hasil Belajar Siswa". Penelitian ini menggunakan metode

kuantitatif deskriptif. Populasi diambil dari siswa kelas XI SMK Negeri di Klaten yang memiliki kompetensi keahlian bisnis daring dan pemasaran pada Tahun Pelajaran 2021/2022. Jumlah keseluruhan populasi penelitian ini adalah 345 siswa dengan total sampel 187 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah angket/kuisioner dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan 1) Keterampilan komunikasi interpersonal berdampak positif serta signifikan akan perolehan belajar murid. 2) *Self regulated learning* memengaruhi hasil belajar dengan cara yang positif serta signifikan. 3) Komunikasi interpersonal serta Self regulated learning mempunyai dampak positif juga signifikan akan perolehan belajar siswa. Persamaan dari penelitian ini dengan yang akan dilakukan penulis yaitu kesamaan dalam variable *self regulation*, keterampilan komunikasi dan variable performa akademik, serta penggunaan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaanya terletak pada objek dan subjek penelitian.

Tabel 2. 1 Perbandingan Penelitian Terdahulu dengan Penelitian Sekarang

Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1. "Pengembangan Self Regulation Scale Mahasiswa Berdasarkan Zimmerman Self Regulation Model" (Bambang Setiawan 2022)	1. Menggunakan variabel yang sama yaitu self regulation 2. Menggunakan teori yang sama 3. Menggunakan metode penelitian kuantitatif	1. Lokasi penelitian di IAIN Syeikh Nurjati Cirebon, sedangkan lokasi penelitian penulis di Universitas Jambi 2. Penelitian menggunakan pembakuan alat ukur psikologi yaitu self

		regulation scale, sedangkan penulis menggunakan survey. 3. Objek dan subjek penelitian
2. "Pengaruh Motivasi Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Pada Tutorial Online Berbasis Pendekatan Kontekstual Pada Matakuliah Statistika Pendidikan" (Noviyanti, 2011)	1. Menggunakan metode kuantitatif 2. Menggunakan variabel yang sama yaitu keterampilan komunikasi dan performa akademik 3. Menggunakan pendekatan yang sama	1. Lokasi penelitian di FKIP UT Tangerang Selatan, sedangkan lokasi penelitian penulis di Universitas Jambi 2. Objek dan subjek penelitian
3. "University Students' Communication Skills as a Determinant of Academic Performance" (Shah Ahmad, 2020)	1. Menggunakan metode kuantitatif 2. Menggunakan variabel yang sama yaitu keterampilan komunikasi dan performa akademik 3. Menggunakan pendekatan yang sama	1. Lokasi penelitian di Universitas Sargodha, sedangkan lokasi penelitian penulis di Universitas Jambi 2. Objek dan subjek penelitian
4. "Self Regulated Learning and Academic Performance – The	1. Menggunakan variabel yang sama yaitu self regulation	1. Lokasi penelitian di Universitas Alexandru Loan

Mediating Role of Students Achievemen Goals" (Ramona, dkk 2019)	dan performa akademik 2. Menggunakan metode kuantitatif 3. Menggunakan aplikasi yang sama untuk mengolah data yaitu spss	Cuza (roman) sedangkan lokasi penelitian penulis di Universitas Jambi 2. Objek dan subjek penelitian
5. "Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan Self Regulated Learning terhadap Hasil Belajar Siswa". (Utami dkk, 2023):	1. Menggunakan variabel yang sama yaitu self regulation dan keterampilan komunikasi serta performa akademik 2. Menggunakan metode kuantitatif	1. Lokasi penelitian di 5 SMK daerah Klaten, penelitian penulis di Universitas Jambi 2. Objek dan subjek penelitian

2.2 Kerangka Berpikir

Menurut Woolfolk (2010) dalam Husna (2014) salah satu faktor yang mempengaruhi performa akademik seseorang adalah kemampuan atau keterampilan dalam melakukan regulasi diri. Artinya mahasiswa yang memiliki *self regulation* dalam belajar adalah mahasiswa yang mampu merencakan, mengevaluasi dan mengatur cara belajar mandiri dengan mengembangkan minat dan motivasi agar mencapai hasil yang memuaskan. Menurut Zimmerman (1990) dalam Utari (2018), indikator regulasi diri (*self regulation*), diantaranya: 1) evaluasi terhadap kemajuan tugas (*self evaluating*); 2) mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*); 3) membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*); 4) mencari informasi (*seeking information*); 5) mencatat hal-hal

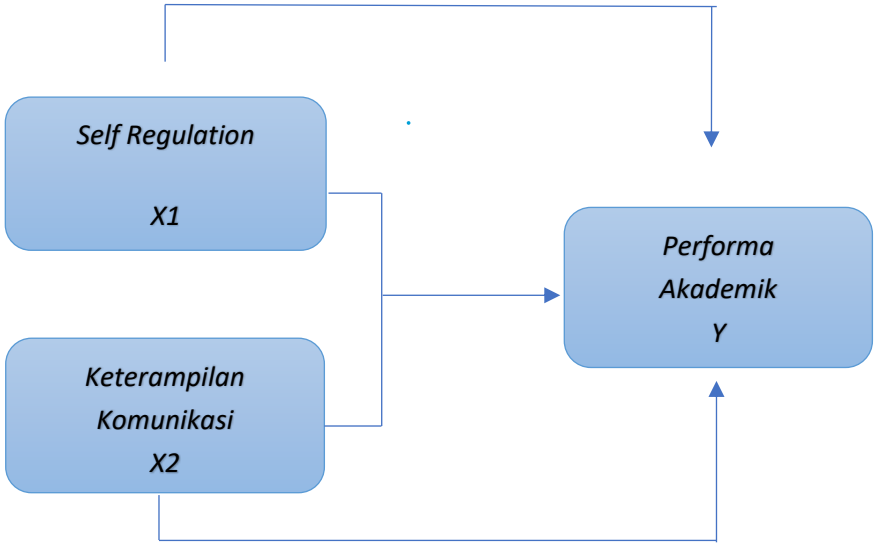
penting (*keeping record & monitoring*); 6) mengatur lingkungan belajar (*evironmental structuring*); 7) konsekuensi setelah mengerjakan tugas *(self consequences*); 8) mengulang dan mengingat pelajaran (*rehearsing & memorizing*); 9) meminta bantuan teman sebaya (*seek peer asistance*); 10) meminta bantuan tenaga pendidik (*seek teacher assistance*); 11) mengulang tugas atau test sebelumnya (*rewiew test/work*); 12) membaca kembali atau mengulang catatan (*rewiew notes*); 13) membaca kembali atau mengulang buku pelajaran (*review texts book*)

Menurut Hafied 2007 (dalam Afrilianingsih, 2016) keterampilan komunikasi adalah kemampuan seseorang dalam menyampaikan pesan kepada orang lain. Keterampilan komunikasi juga memiliki penting dalam dunia pendidikan khususnya bagi para pesera didik. Adapun menurut Marfuah (2017) keterampilan komunikasi dapat diukur dengan indikator sebagai berikut: 1) kemampuan berargumentasi atau mengemukakan pendapat; 2) pesan atau informasi yang disampaikan harus dapat didengar dengan seksama atau dalam artian jelas; 3) respons dengan sikap rendah hati dan empati

Keterampilan komunikasi yang baik akan mempermudah peserta didik untuk berdiskusi, mencari informasi, beradaptasi, dan menyelesaikan tugasnya dengan baik. Artinya, mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang tinggi cenderung mudah dalam beradaptasi di lingkungan kampus yang baru. Mahasiswa yang bisa mengelola pikiran, waktu dan perilakunya cenderung mudah untuk merencanakan apa yang ingin disampaikan dan bagaimana cara menyampaikannya dengan baik. Mahasiswa akan memiliki performa akademik yang tinggi ketika dapat mengontrol perilaku (*self regulation*) dan keterampilan

dalam berkomunikasi. Adapun indikator dalam performa akademik menurut Cavilla (2017) Indikator yang digunakan untuk mengukur performa mahasiswa adalah: 1) hasil akademik; 2) prestasi; 3) perilaku mahasiswa; 4) sifat pribadi

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, penulis membuat kerangka berpikir yang diperkuat oleh kajian teori dan temuan penelitian terdahulu. Terdapat tiga variabel kunci dalam penelitian ini yakni self regulation ($X1$), keterampilan komunikasi ($X2$) dan performa akademik (Y). Oleh karena itu, kerangka berpikir ini dapat dinyatakan dalam skema paradigma kajian sebagai berikut:



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

2.3 Hipotesis

Menurut Sugiyono (2017) hipotesis merupakan solusi sementara untuk merumuskan masalah penelitian. Dalam hal ini, rumusan masalah ditulis dalam bentuk pertanyaan. Oleh karena itu, jawaban yang diberikan saat ini hanya bersifat sementara. Hal ini berarti bahwa hipotesis yang diusulkan masih bersifat teoritis. Hipotesis tersebut dapat dianggap sebagai jawaban teoritis sementara terhadap rumusan penelitian, dan belum memenuhi kriteria sebagai jawaban yang empirik

atau berdasarkan bukti nyata untuk menguji apakah ada pengaruh antara X1 (Self Regulation), X2 (Keterampilan komunikasi), terhadap Y (Performa Akademik), maka hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. H_0: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan *self regulation* terhadap performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi

   Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan *self regulation* terhadap Performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi
2. H_0: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan keterampilan komunikasi terhadap performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi.

   Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan keterampilan komunikasi terhadap performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi
3. H_0: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *self regulation* dan keterampilan komunikasi terhadap komunikasi performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi

   Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self regulation* dan keterampilan komunikasi terhadap performa akademik mahasiswa PMM Outbound Universitas Jambi