
KECERDASAN EMOSIONAL DAN DAMPAKNYA PADA PENGAMBILAN KEPUTUSAN YANG EFEKTIF: TINJAUAN SISTEMATIK

Pikram Salehe¹, Nida Hasanati²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Malang

Email: fikrams2001@gmail.com¹, nida@umm.ac.id²

ABSTRAK: Pengambilan keputusan merupakan keterampilan penting yang selalu dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Keputusan yang efektif memerlukan evaluasi berbagai alternatif dan didasarkan pada kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional memainkan peran signifikan dalam mengelola emosi dan menjaga pikiran tetap jernih saat menghadapi situasi kompleks. Metode penelitian yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR), dengan mengidentifikasi dan menganalisis 200 artikel-artikel relevan dalam rentang tahun 2019 hingga 2024. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan emosional merupakan proses yang berkelanjutan sepanjang rentang kehidupan individu, mulai dari masa anak-anak hingga dewasa. Faktor lingkungan seperti keluarga, sekolah, dan komunitas memiliki peran penting dalam pengembangan ini. Kecerdasan emosional yang matang membantu individu membuat keputusan yang lebih baik dan efektif dengan mengurangi dampak negatif dari tekanan emosional dan membangun hubungan interpersonal yang kuat. Artikel ini menyimpulkan bahwa pengembangan kecerdasan emosional secara signifikan meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan yang rasional dan efektif.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Pengambilan Keputusan, Perkembangan Individu.

ABSTRACT: Decision-making is an important skill that is constantly encountered in everyday life. Effective decisions require the evaluation of various alternatives and are based on emotional intelligence. Emotional intelligence plays a significant role in managing emotions and keeping a clear head when facing complex situations. The research method used is Systematic Literature Review (SLR), by identifying and analysing 200 relevant articles in the range of 2019 to 2024. The research findings show that the development of emotional intelligence is a continuous process throughout an individual's life span, from childhood to adulthood. Environmental factors such as family, school and community play an important role in this development. Mature emotional intelligence helps individuals make better and more effective decisions by reducing the negative impact of emotional distress and building strong interpersonal relationships. This article concludes that the development of emotional intelligence significantly improves the ability to make rational and effective decisions.

Keywords: Emotional Intelligence, Decision-Making, Individual Development

A. PENDAHULUAN

Kehidupan sehari-hari kita sebenarnya adalah kehidupan yang selalu bergumul dengan keputusan. Keputusan merupakan kesimpulan terbaik yang diperoleh setelah mengevaluasi

berbagai alternatif. Di dalam arti tersebut, terkandung unsur situasi dasar, peluang munculnya situasi dasar, dan aktifitas pencapaian keputusan (Mahanum, 2021). Dalam masalah-masalah yang timbul sering kali memerlukan pengambilan keputusan yang tepat. Pengambilan keputusan merupakan langkah awal apa yang akan dilakukan oleh seseorang atas masalah yang terjadi dan memunculkan berbagai alternatif agar masalah dapat terselesaikan (Setiawan & Pratama, 2019). Pengambilan keputusan penting untuk meningkatkan kemampuan merencanakan perubahan. Pada semua tingkatan posisi kelompok maupun individu, harus memiliki kemampuan menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan yang efektif, baik sebagai pelaksana/staf maupun sebagai pemimpin (Pashar & Dwiantoro, 2020). Pengambilan keputusan yang baik memberikan dampak positif yang signifikan pada individu. Menurut penelitian sebelumnya, individu yang mampu mengambil keputusan secara efektif cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, karena mereka merasa mampu mengontrol situasi dan hasil yang diinginkan (Martina, n.d.). Selain itu, kemampuan ini juga berkontribusi pada peningkatan produktivitas dan pengelolaan waktu, karena individu dapat menetapkan prioritas yang jelas serta mengurangi kebingungan dalam menentukan tindakan yang tepat (Monica et al., 2023). Lebih lanjut, pengambilan keputusan yang tepat membantu mengurangi stres, karena individu merasa lebih siap menghadapi tantangan dan perubahan dalam kehidupan maupun pekerjaan (Utami et al., 2023).

Pengambilan keputusan yang efektif memerlukan berbagai faktor, termasuk kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional berperan penting dalam meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi situasi yang kompleks dan dalam mengambil keputusan yang tepat. Kecerdasan emosional merupakan bentuk kecerdasan yang dimiliki seseorang ketika individu menghadirkan kemampuan dalam bertahan dan mendorong rasa semangat dalam diri ketika menghadapi kesulitan, mengendalikan emosi suasana hati agar pikiran tetap jernih meskipun berada dalam kondisi yang kurang stabil, serta menjalin relasi dengan orang lain dan berdoa (Goleman, 2006). Dengan kemampuan tersebut, individu dapat mengondisikan emosi untuk tetap stabil sehingga hadirnya emosi mampu dijadikan kekuatan yang akan mengarahkan individu dalam berpikir dan bertindak. Kecerdasan emosional turut memiliki konsekuensi terhadap pengambilan keputusan efektif (Sholiha & Sawitri, 2021).

Beberapa penelitian mengungkap, seperti yang dinyatakan (Simon, 2013) dalam Yolanda et al., (2023) memperkenalkan konsep "rasionalitas terbatas", yang mengakui bahwa seseorang

sering membuat keputusan dengan keterbatasan sumber daya, waktu dan kemampuan untuk menangani berbagai situasi secara kognitif. Teori pilihan rasional mengasumsikan bahwa kita dapat membuat keputusan secara rasional dengan mempertimbangkan semua faktor yang relevan, menimbang probabilitas dan memilih alternatif terbaik. Beberapa peneliti menyatakan bahwa kecerdasan emosi dan intuisi memiliki peran positif dalam pengambilan keputusan, termasuk pengambilan keputusan yang rasional. (Satar & Yusri, 2019) Kekurang-mampuan seseorang dalam kecerdasan emosional akan mengakibatkan kesalahan pengambilan keputusan, keputusan yang diambil tidak sesuai dengan subjek masalahnya, sehingga tidak dapat mengatasi masalah yang sebenarnya. Keadaan tersebut dapat diminimalkan dengan usaha menciptakan lingkungan yang dapat membuat individu mampu meningkatkan kemampuan manajemen dirinya, belajar mengelola emosi, dan menghargai pengambilan keputusan.

Berdasarkan uraian di atas, secara keseluruhan, proses pengambilan keputusan adalah suatu keterampilan yang harus dikembangkan terus-menerus. Individu dapat mengembangkan kemampuan untuk membuat keputusan yang lebih baik dan lebih efektif. Dalam dunia yang semakin kompleks ini, kemampuan untuk mengelola emosi, mengatasi keterbatasan kognitif, dan membuat keputusan yang rasional menjadi semakin penting. Pengambilan keputusan yang efektif dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, yang membantu individu menghadapi situasi kompleks, mengendalikan emosi, dan menjaga pikiran tetap jernih. Kecerdasan emosional berperan signifikan dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan yang rasional. Meskipun teori rasionalitas terbatas menyatakan bahwa keterbatasan sumber daya, waktu, dan kemampuan kognitif mempengaruhi keputusan, kecerdasan emosional dan intuisi tetap memiliki peran positif. Ketidadaan kecerdasan emosional dapat menyebabkan kesalahan dalam pengambilan keputusan. Namun, hal ini bisa diminimalkan dengan menciptakan lingkungan yang mendukung pengelolaan emosi dan pengambilan keputusan yang efektif.

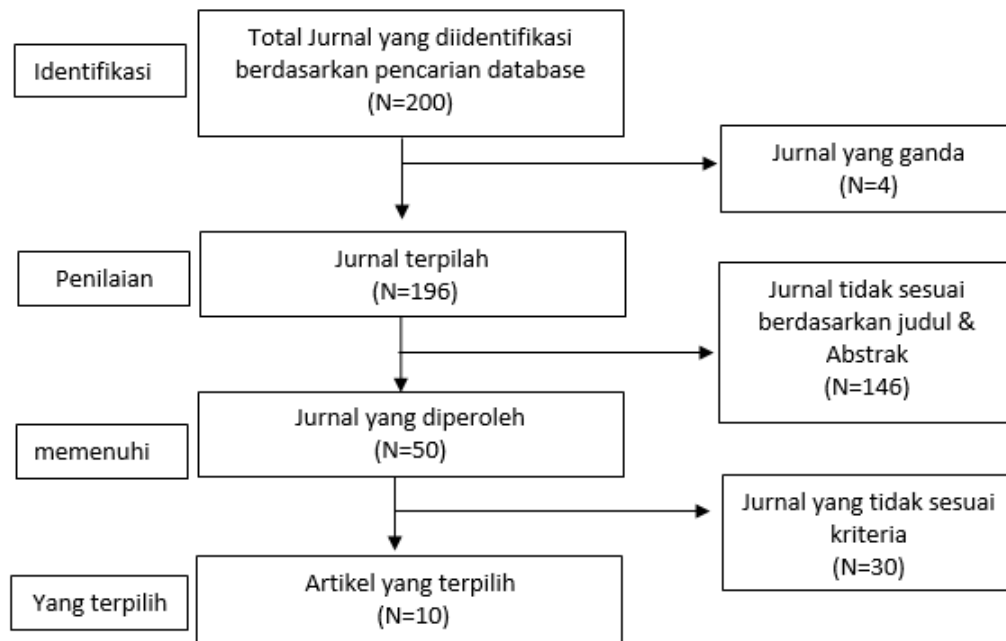
B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah metode SLR (*Systematic Literature Review*). Dengan menggunakan metode penelitian SLR, peneliti melakukan review serta mengidentifikasi artikel-artikel yang berkaitan secara terstruktur dan sistematis. Pendekatan ini berdasarkan pada penelitian oleh Triandini, dkk (2019) dalam (Nata et al., 2024) yang menyatakan bahwa dengan menggunakan metode *systematic literature review*, seorang peneliti akan melakukan review dengan cara mengidentifikasi beberapa jurnal secara

sistematis sesuai dengan langkah-langkah yang telah ditetapkan. Langkah-langkah yang dimaksud mencakup identifikasi, kajian, evaluasi, serta interpretasi semua penelitian yang tersedia. Proses ini dimulai dengan menentukan topik spesifik dan merancang pertanyaan penelitian yang jelas dan terfokus. Selanjutnya, peneliti mencari literatur yang relevan menggunakan berbagai sumber seperti jurnal akademik, artikel konferensi, dan database online seperti PubMed, Google Scholar, dan Scopus. Review artikel pada penelitian ini menggunakan rentang tahun 2019 hingga 2024, dengan menggunakan kata kunci “lintasan perkembangan”, “kecerdasan emosional” dan “pengambilan keputusan efektif”. Pada tahap selanjutnya peneliti mendownload jurnal yang relevan berdasarkan kriteria inklusi untuk jurnal dipilih sebagai berikut; batas waktu penerbitan jurnal tidak lebih dari 10 tahun terakhir, ditulis dalam bahasa indonesia dan bahasa inggris. Melakukan screening awal berdasarkan judul dan abstrak, mengecek duplikasi menggunakan Rayyan. Setelah peneliti melakukan cek duplikasi, peneliti melakukan seleksi jurnal-jurnal secara keseluruhan, temuan dari berbagai studi dianalisis dan disintesis untuk memberikan gambaran yang komprehensif. Setelah dilakukan seleksi berdasarkan jumlah jurnal sebanyak 200, ditemukan sebanyak 4 jurnal yang membahas tentang lintasan perkembangan kecerdasan emosional, 3 jurnal yang berkaitan dengan kecerdasan emosional pada pengambilan keputusan efektif.

Gambar 1

Grafik PRISMA untuk alur seleksi jurnal



C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian di sajikan berupa bentuk tabel, yang menjelaskan jurnal tentang Kecerdasan Emosional pada pengambilan keputusan efektif.

No	Jurnal	Judul	Tahun	Penulis	Hasil Penelitian
1	Journal Of Social Science Research	Efektivitas Pengambilan Keputusan Kepala Sekolah: Ditinjau Gaya, Etika dan Kecerdasan Emosional	2023	Septiara Yolanda, Hamdani Gazali, Ahmad Sabandi dan Hanif Alkadri	Kepala sekolah sebagai pengambil keputusan juga diharuskan untuk memiliki kecerdasan emosional yang terdiri dari kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, dan manajemen hubungan.
2	Jurnal Kajian Pendidikan	Pengaruh Konsep Diri dan Kecerdasan	2020	Rina Nur Hidayati	Konsep diri dan kecerdasan emosional siswa berpengaruh signifikan terhadap

	dan Pengajaran	Emosional terhadap Kemampuan Pengambilan Keputusan Siswa			kemampuan pengambilan keputusan siswa. Konsep diri yang baik dan kecerdasan emosional siswa yang tinggi akan berimplikasi pada tingginya kemampuan pengambilan keputusan siswa.
3	SAGE Open Nursing	The Relationship Between the Emotional Intelligence and Clinical Decision Making Among Nursing Students	2024	Nida Jawabreh, MSN	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara kecerdasan emosional dan pengambilan keputusan klinis di kalangan mahasiswa keperawatan tahun keempat. Hasil analisis menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, dan kemampuan pengambilan keputusan klinis mereka juga berada pada tingkat yang baik.
4	Neuropsych Invest	The Relationship Between	2023	Selin Yilmaz	Penelitian ini mengkaji hubungan antara kecerdasan emosional

		Emotional Intelligence and Decision-Making			dan pengambilan keputusan, terutama dalam konteks situasi yang kompleks dan penuh risiko. Penulis menyoroti bahwa kecerdasan emosional berperan penting dalam proses pengambilan keputusan, terutama ketika individu dihadapkan pada ketidakpastian.
5	International Journal of Applied Decision Sciences	The Influence of Emotional Intelligence on Technology Adoption and Decision-Making Process	2020	Emad A. Abu-Shanab dan Amro Abu Shanab	Penelitian ini meneliti pengaruh kecerdasan emosional (Emotional Intelligence, EI) terhadap adopsi teknologi dan proses pengambilan keputusan. Melalui kerangka kerja yang menghubungkan dimensi-dimensi EI dengan teori-teori adopsi teknologi, studi ini melibatkan 268 mahasiswa yang mengisi survei.
6	Team Performanc	Emotional intelligence,	2020	Wencang Zhou,	Penelitian ini mengeksplorasi

	e Manageme nt	psychological safety, and team decision making		Zhu Zhu, Donald Vredenbu rgh	hubungan antara kecerdasan emosional (EI), keselamatan psikologis, dan kinerja pengambilan keputusan tim. Melalui analisis regresi yang melibatkan 54 tim yang terdiri dari 241 mahasiswa, temuan menunjukkan bahwa EI individu memiliki hubungan positif dengan pengaruh individu dalam pengambilan keputusan tim. Selain itu, EI tim terbukti meningkatkan kinerja pengambilan keputusan tim melalui peningkatan keselamatan psikologis.
7	Internation al Journal of Science and Research (IJSR)	Emotional Intelligence and Leadership Effectiveness : Navigating Decision -	2024	Kuma Raghvend ra	Penelitian mengenai Kecerdasan Emosional (EI) dan efektivitas kepemimpinan menunjukkan bahwa EI memainkan peran penting dalam pengambilan

		Making, Team Dynamics, and Organization al Success			keputusan, dinamika tim, dan kesuksesan organisasi. Pemimpin dengan EI tinggi mampu mengelola emosi mereka dan orang lain, yang meningkatkan proses pengambilan keputusan dan menciptakan lingkungan kerja yang positif. Komponen utama EI, seperti kesadaran diri, pengaturan diri, empati, dan keterampilan sosial, membantu pemimpin membangun tim yang kohesif dan meningkatkan kinerja. Penelitian ini juga menemukan bahwa organisasi yang dipimpin oleh individu dengan EI tinggi cenderung mencapai hasil finansial yang lebih baik. Meskipun banyak penelitian telah dilakukan, masih ada kekurangan dalam
--	--	---	--	--	---

					pemahaman tentang bagaimana EI memengaruhi berbagai aspek kepemimpinan di konteks organisasi yang berbeda.
8	Contemporary Journal of Psychology and Behavioral Science	Emotional Intelligence and Its Impact on Ethical Decision-Making in Accounting	2024	Chukwua ni, V. N. PhD	Penelitian ini menggunakan pendekatan survei dengan melibatkan 36 akuntan dari berbagai jenis organisasi dan wilayah geografis di Nigeria. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara EI dan skor EDM, di mana dimensi EI seperti kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, dan manajemen hubungan berkontribusi terhadap peningkatan skor EDM.
9	The International Journal of Indian Psychology	Impact of Emotional Intelligence on Career Decision-Making	2024	Barkha Sharma & Dr. Poonam Devdutt	Penelitian ini menunjukkan bahwa EI, melalui komponen seperti pemahaman emosi, motivasi, empati, dan manajemen

		Efficacy in High School Students			hubungan, secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengambil keputusan karir. Selain itu, faktor demografis seperti jenis kelamin, struktur keluarga, jenis sekolah, dan aliran akademis juga mempengaruhi hubungan antara EI dan CDMSE.
10.	psychology and education	Emotional Intelligence, Career Decision Self-Efficacy, Proactive Personality: Study on Indonesian Vocational Students	2020	Afifah A. Fatin and Rose Mini Agoes Salim	Jurnal ini membahas hubungan antara kecerdasan emosional (EI), efikasi pengambilan keputusan karir (CDSE), dan kepribadian proaktif (PP) pada siswa sekolah vokasi di Indonesia. Penelitian ini menemukan bahwa siswa sekolah vokasi sering kali kurang percaya diri dalam membuat keputusan karir, yang berkontribusi pada

					tingkat pengangguran yang tinggi di kalangan mereka.
--	--	--	--	--	--

Kecerdasan emosional (EI) telah diakui sebagai faktor kunci dalam pengembangan individu, baik dalam konteks pribadi maupun profesional. EI memungkinkan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri, serta untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain. Ini mencakup kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dengan ketenangan, mengelola stres, serta menjaga hubungan yang sehat dan produktif. Dalam pengambilan keputusan, EI memainkan peran yang sangat penting, karena keputusan sering kali dipengaruhi oleh emosi yang tidak terkendali, dan kemampuan untuk mengelola perasaan dapat menghasilkan keputusan yang lebih rasional dan berdampak positif. Dengan memahami bagaimana emosi bekerja, individu dapat mengurangi bias dalam pemikiran mereka, yang sering kali menjadi penghalang dalam mengambil keputusan yang bijaksana. Oleh karena itu, EI tidak hanya penting untuk kehidupan sehari-hari, tetapi juga dalam konteks profesional di mana pengambilan keputusan sering memengaruhi banyak orang.

Menurut Goleman (1995), EI terdiri dari lima komponen utama yang saling berhubungan. Komponen pertama adalah kesadaran diri, yang merupakan kemampuan untuk mengenali emosi dan perasaan diri sendiri. Kesadaran diri ini memungkinkan individu untuk lebih memahami bagaimana perasaan mereka dapat memengaruhi keputusan yang diambil, serta dampaknya terhadap orang lain. Komponen kedua adalah pengelolaan diri, yang mencakup kemampuan untuk mengendalikan impuls dan emosi yang timbul, serta bertindak dengan integritas meskipun dihadapkan pada situasi yang menantang. Individu yang mampu mengelola diri dengan baik dapat bertindak dengan bijak, menghindari reaksi impulsif, dan menjaga fokus pada tujuan jangka panjang. Dengan dua komponen ini, individu dapat lebih stabil secara emosional dalam menghadapi situasi kompleks dan dinamis yang membutuhkan pengambilan keputusan yang cepat namun tetap efektif.

Selanjutnya, motivasi adalah komponen ketiga dari EI, yang merujuk pada dorongan internal untuk mencapai tujuan, meskipun terdapat hambatan atau tantangan di sepanjang jalan. Motivasi ini sering kali berkaitan dengan optimisme dan semangat yang berkelanjutan, yang mendorong individu untuk tetap berusaha meskipun mengalami kegagalan. Empati, sebagai komponen keempat, adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain.

Empati memungkinkan individu untuk merespons dengan tepat terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain, yang sangat penting dalam membangun hubungan yang harmonis. Terakhir, keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif, menciptakan hubungan yang saling menguntungkan, serta mengelola konflik yang mungkin muncul dalam hubungan tersebut. Kelima komponen ini bersama-sama membentuk dasar dari kecerdasan emosional yang kuat, yang tidak hanya relevan dalam pengembangan pribadi tetapi juga dalam situasi profesional yang kompleks.

Penelitian menunjukkan bahwa pengembangan EI sejak usia dini memberikan dampak positif jangka panjang. Jones et al. (2015) meneliti pengaruh stimulasi EI pada anak-anak dan menemukan bahwa kegiatan seperti berbagi, bekerja sama, dan mengikuti aturan di taman kanak-kanak dapat memprediksi kesuksesan mereka di masa depan. Hal ini menyoroti pentingnya pengembangan EI yang dimulai sejak dini untuk mendukung keberhasilan akademik dan sosial di kemudian hari. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka, mengatasi konflik dengan teman-teman mereka, dan membangun hubungan yang sehat dan saling mendukung. Dengan demikian, pengembangan EI di usia dini tidak hanya mempersiapkan anak untuk kesuksesan akademik, tetapi juga untuk kehidupan sosial yang lebih baik, yang menjadi dasar pengambilan keputusan yang bijaksana di masa dewasa.

Pada tahap perkembangan remaja, tantangan dalam pengembangan EI semakin kompleks, terutama karena adanya perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Remaja perlu belajar untuk mengenali dan mengelola emosi mereka secara mandiri, serta meningkatkan kemampuan empati dan keterampilan sosial. Penelitian oleh Hastuti & Baiti (2019) menunjukkan bahwa remaja dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres dan mengatasi tantangan hidup. Ini menunjukkan bahwa pengembangan EI yang baik dapat membantu remaja menghadapi tekanan sosial dan emosional yang sering mereka alami, serta mengurangi tingkat kecemasan yang berhubungan dengan masa remaja. Penelitian oleh Charisma (2023) juga menekankan pentingnya kemampuan remaja untuk mengekspresikan emosi mereka pada waktu dan tempat yang tepat, yang merupakan aspek penting dalam membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya dan orang dewasa. Proses pengembangan ini tidak hanya meningkatkan kualitas

hubungan interpersonal tetapi juga mempersiapkan remaja untuk menghadapi situasi kehidupan yang lebih menantang di masa depan.

Dalam kehidupan dewasa, EI menjadi semakin penting, terutama dalam menghadapi tantangan kehidupan yang lebih kompleks. Orang dewasa harus mampu mengelola emosi mereka dalam berbagai situasi yang penuh tekanan, baik dalam pekerjaan, hubungan sosial, maupun dalam kehidupan pribadi mereka. Penelitian menunjukkan bahwa individu dewasa dengan EI yang tinggi cenderung lebih sukses dalam mengelola stres, beradaptasi dengan perubahan, dan membuat keputusan yang lebih baik. Siregar & Murniarti (2021) menunjukkan bahwa orang dewasa dengan EI yang tinggi dapat mengelola emosi mereka dengan lebih baik, yang menciptakan lingkungan yang lebih positif dan produktif di sekitar mereka. Dengan pengalaman hidup yang lebih banyak, refleksi diri, dan pembelajaran berkelanjutan, individu dewasa dapat semakin mengasah kemampuan EI mereka untuk menghadapi tantangan yang lebih kompleks. Pengelolaan diri yang efektif ini juga mendukung kemampuan mereka untuk bertindak secara strategis dan mengurangi kesalahan yang diakibatkan oleh pengaruh emosional yang tidak terkontrol.

Dalam konteks pengambilan keputusan, EI memainkan peran yang sangat penting. Sharma (2024) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat EI yang tinggi lebih mampu mengendalikan reaksi emosional mereka dalam situasi stres dan tetap tenang dalam menghadapi keputusan yang sulit. EI memungkinkan individu untuk lebih objektif dalam mengambil keputusan, menghindari bias yang disebabkan oleh emosi yang tidak terkendali. Selain itu, kemampuan untuk membangun hubungan yang kuat dan berempati dengan orang lain juga sangat penting dalam pengambilan keputusan yang melibatkan pihak lain, baik dalam konteks personal, profesional, maupun dalam pengambilan keputusan kelompok. Zhou et al. (2020) menegaskan bahwa EI tidak hanya bermanfaat bagi individu, tetapi juga memiliki dampak positif pada dinamika kelompok dan pengambilan keputusan tim yang lebih efektif. Dinamika ini semakin penting dalam dunia kerja modern yang menuntut kolaborasi lintas disiplin dan lintas budaya.

Pengembangan EI juga sangat penting dalam pengambilan keputusan terkait karier. Sharma & Devdutt (2024) serta Fatin & Salim (2020) menemukan bahwa EI berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri siswa dalam membuat keputusan karier, yang sangat penting dalam konteks siswa vokasi di Indonesia. Banyak siswa vokasi yang mengalami kesulitan

dalam membuat keputusan karier karena kurangnya kepercayaan diri, yang berkontribusi pada tingkat pengangguran yang tinggi. Oleh karena itu, pengembangan EI menjadi faktor kunci dalam membantu siswa untuk mengevaluasi diri mereka sendiri, menetapkan tujuan jangka panjang, dan merencanakan karier mereka dengan lebih baik. Siswa dengan EI yang lebih tinggi dapat lebih mudah menavigasi perubahan dalam dunia kerja dan membuat keputusan karier yang lebih tepat. Hal ini juga mencakup kemampuan mereka untuk menghadapi kegagalan dengan optimisme dan terus melangkah maju dalam mencapai tujuan profesional mereka.

Selain itu, EI juga memiliki dampak yang signifikan dalam pengambilan keputusan dalam konteks teknologi dan etika. Abu-Shanab (2020) mengaitkan EI dengan kemampuan untuk mengintegrasikan teknologi dalam pengambilan keputusan, yang sangat penting di era digital saat ini. EI membantu individu untuk lebih bijak dalam memilih dan menggunakan teknologi, serta untuk menghindari dampak negatif yang mungkin timbul. Chukwuani (2024) juga menekankan bahwa EI berperan penting dalam pengambilan keputusan etis di bidang profesional, seperti akuntansi, di mana keputusan yang diambil memiliki dampak luas bagi individu dan masyarakat. Melalui pengelolaan diri yang baik dan kesadaran sosial, individu dengan EI yang tinggi lebih cenderung membuat keputusan yang etis dan bertanggung jawab. Penerapan EI dalam pengambilan keputusan etis ini juga meningkatkan reputasi profesional dan integritas individu di tempat kerja.

Pengaruh EI terhadap pengambilan keputusan juga dapat diamati dalam konteks kepemimpinan. Pemimpin yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mampu mengenali dinamika emosi dalam tim mereka dan menggunakan pemahaman ini untuk mendorong pengambilan keputusan yang lebih inklusif dan produktif. Menurut penelitian oleh Walker & Halsey (2023), pemimpin dengan EI tinggi lebih cenderung mengelola konflik secara efektif dan membuat keputusan yang mempertimbangkan kebutuhan berbagai pihak. Mereka juga mampu menginspirasi kepercayaan dan kolaborasi di antara anggota tim, yang berkontribusi pada keberhasilan organisasi secara keseluruhan. Dalam dunia kerja yang semakin kompleks dan penuh tekanan, kemampuan untuk memimpin dengan kecerdasan emosional menjadi aset yang sangat berharga bagi organisasi yang ingin tetap kompetitif.

Selain itu, EI memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan dalam konteks multikultural. Di dunia yang semakin global, kemampuan untuk memahami dan merespons emosi orang dari latar belakang budaya yang berbeda menjadi sangat penting. Penelitian oleh

Matsumoto & Juang (2019) menunjukkan bahwa individu dengan EI tinggi lebih mampu beradaptasi dengan perbedaan budaya dalam pengambilan keputusan, yang membantu mengurangi potensi konflik dan meningkatkan harmoni dalam situasi lintas budaya. Ini menunjukkan bahwa EI tidak hanya relevan dalam konteks individu, tetapi juga dalam interaksi sosial yang lebih luas. Dalam dunia global yang penuh dengan dinamika budaya, EI membantu individu untuk memfasilitasi komunikasi yang efektif dan kolaborasi lintas budaya yang sukses.

Dalam sebuah studi kasus oleh Thompson et al. (2023), seorang pemimpin proyek teknologi di perusahaan multinasional menunjukkan bagaimana EI memengaruhi keberhasilan tim dalam menghadapi tantangan. Pemimpin ini menggunakan kesadaran diri untuk mengenali dampak emosinya terhadap tim saat terjadi penundaan proyek. Dengan pengelolaan diri yang baik, ia mampu mengendalikan rasa frustrasinya dan memberikan arahan yang konstruktif. Empati dan keterampilan sosialnya membantu menciptakan komunikasi yang terbuka dengan anggota tim dari berbagai latar belakang budaya, yang pada akhirnya meningkatkan kolaborasi dan menyelesaikan proyek tepat waktu. Keberhasilan proyek ini menjadi bukti nyata bagaimana EI yang diterapkan dalam konteks kepemimpinan dapat membawa dampak positif yang signifikan pada hasil tim dan organisasi secara keseluruhan.

Di sebuah universitas vokasi di Indonesia, program pengembangan EI diterapkan dalam kurikulum untuk membantu mahasiswa mengasah kemampuan mereka dalam merencanakan karier. Sesi pelatihan melibatkan simulasi wawancara kerja, diskusi kelompok, dan latihan refleksi diri untuk meningkatkan kesadaran emosional. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengikuti program ini lebih percaya diri dalam memilih jalur karier mereka, bahkan dalam menghadapi ketidakpastian dunia kerja. Program ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis mahasiswa, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan emosional dan membuat keputusan yang lebih baik dalam lingkungan profesional.

Secara keseluruhan, pengembangan EI merupakan proses yang berkelanjutan sepanjang hidup. Dari masa kanak-kanak hingga dewasa, EI terus berkembang dan memberikan kontribusi besar terhadap kesejahteraan individu dan kualitas pengambilan keputusan. Dengan dukungan dari keluarga, sekolah, dan komunitas, individu dapat mengasah EI mereka untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan, membuat keputusan yang lebih baik, dan membangun hubungan yang lebih sehat. Oleh karena itu, pengembangan EI harus dianggap

sebagai strategi penting dalam meningkatkan kualitas pengambilan keputusan di semua lapisan masyarakat. Dengan investasi dalam pengembangan EI, individu dan organisasi dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis, produktif, dan berkelanjutan.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Pengembangan kecerdasan emosional (KE) merupakan proses yang berlangsung sepanjang kehidupan individu, dimulai dari masa anak-anak hingga dewasa. SLR ini menunjukkan bahwa KE memainkan peran krusial dalam pengambilan keputusan yang efektif, dengan berbagai studi yang mendukung pentingnya kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi baik diri sendiri maupun orang lain.

Temuan utama dari penelitian ini menegaskan bahwa individu dengan KE yang tinggi cenderung lebih mampu membuat keputusan yang rasional dan efektif, terutama dalam situasi kompleks dan penuh tekanan. KE membantu individu mengendalikan reaksi emosional, memungkinkan mereka untuk tetap tenang dan berpikir jernih saat menghadapi tantangan.

Faktor-faktor lingkungan, seperti dukungan keluarga, pendidikan di sekolah, dan interaksi sosial dengan teman sebaya, terbukti signifikan dalam membentuk dan mengembangkan KE. Intervensi yang tepat di setiap fase perkembangan, baik melalui pendidikan emosional maupun dukungan sosial, sangat penting untuk meningkatkan KE dan, pada gilirannya, kualitas pengambilan keputusan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa peningkatan kecerdasan emosional dapat berkontribusi secara substansial terhadap kemampuan individu dalam membuat keputusan yang lebih baik, yang berdampak positif pada kesejahteraan psikologis dan hubungan interpersonal yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Charisma. (2023). Perkembangan emosi pada anak remaja. *Jurnal Ecodunamika*, 4(2).
- Conita Ananto, M., & Vinayastri, A. (2021). Pengembangan Instrumen Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(2), 87–98. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.62-04>
- DÖNER, E. (2020). the Effect of Emotional Intelligence on Rational Decision-Making Strategies of. *International Journal Of Eurasia Social Sciences*, 11(41), 929–955. <https://doi.org/10.35826/ijoess.2765>

- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Hastuti, R. Y., & Baiti, E. N. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stress Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 82–91. <https://doi.org/10.35952/jik.v8i2.152>
- Hidayati, R. N. (2020). Pengaruh Konsep Diri dan Kecerdasan Emosional terhadap Kemampuan Pengambilan Keputusan Siswa. *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(1), 81–87. <https://doi.org/10.30653/003.202061.115>
- Mahanum, M. (2021). Pengambilan Keputusan Dan Perencanaan Kebijakan. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(1), 154–163. <http://jurnal.dharmawangsa.ac.id/index.php/sabilarrasyad>
- Martina, N. (n.d.). *produktivitas kerja pegawai di unit pelaksana teknis*. 638–646.
- Monica, M., Kurniawan, M., Ekonomi, F., & Palembang, U. P. (2023). *Pengaruh Sikap dan Keterampilan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawati PT . Alka Jaya Group Palembang*. 3.
- Nata, I. K. W., Suarni, N. K., & Margunayasa, I. G. (2024). *Tinjauan Pustaka Sistematis : Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Ditinjau dari Kecerdasan Emosional*. 9(2), 581–588.
- Okwe, E., & Zuyd, H. (2021). *The Role of Emotional Intelligence in Effective Decision Making : An Idea for The Role of Emotional Intelligence in Effective Decision Making : An Idea for Organisational Leadership By ; Esther Ire Okwe Student Number : 1820281 Course Module : Strategic B. March*, 0–9. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30985.57441>
- Pashar, I., & Dwiantoro, L. (2020). Pengaruh Empowerment Terhadap Pengambilan Keputusan Perawat: Kajian Literature Review. *Journal of Holistic Nursing Science*, 7(2), 124–132. <https://doi.org/10.31603/nursing.v7i2.3097>
- Satar, M., & Yusri, N. A. (2019). Pengambilan Keputusan Ditinjau Dari Manajemen Diri Dan Kematangan Emosi. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 20–41. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i1.826>
- Setiawan, A., & Pratama, S. (2019). Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Komunikasi Efektif dan Pengambilan Keputusan Terhadap Kinerja Karyawan pada CV. Bintang Anugerah Sejahtera. *Jurnal Manajemen Tools*, 11(1), 19–33.

- Sharma, B. (2024). *Impact of Emotional Intelligence on Career Decision-Making Efficacy in High School Students*. 12(4). <https://doi.org/10.25215/1204.129>
- Sholiha, R. A., & Sawitri, D. R. (2021). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Dalam Mengambil Keputusan Karir Pada Mahasiswa Tahun Keempat Angkatan 2017 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 10(4), 294–299. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32606>
- Siregar, J., & Murniarti, E. (2021). Manajemen Kecerdasan Emosi Guru Mengatasi Kenakalan Remaja. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 14(2), 100–109. <https://doi.org/10.51212/jdp.v14i2.90>
- Utami, S., Santoso, G., Prihatin, F., Jakarta, U. M., Argumentatif, K., Belajar, P., & Prestasi, P. (2023). *Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT) Peningkatan Prestasi literasi Siswa dalam Menyampaikan Pendapat dengan Bernalar Kritis , Komunikasi , Logis , dan Argumentatif di Kelas 6 Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT)*. 02(04), 133–153.
- Yolanda, S., Gazali, H., Sabandi, A., Alkadri, H., Pengambilan Keputusan Kepala Sekolah, E., Gaya, D., & dan Kecerdasan Emosional Septiara Yolanda, E. (2023). Efektivitas Pengambilan Keputusan Kepala Sekolah: Ditinjau Gaya, Etika dan Kecerdasan Emosional. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3, 775–786. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0D>