

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN DI KALANGAN MAHASISWA FISIP UPN VETERAN JAWA TIMUR

Rusdi Hidayat¹, Indah Respati Kusuma², Safa Alifiah Sagita³, Chris Louis Budiarto⁴

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur

rusdi_hidayat.adbis@upnjatim.ac.id indah_respati.adbis@upnjatim.ac.id

chrislouisbudiarto@gmail.com nursaena247247@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh kecerdasan emosional terhadap proses pengambilan keputusan di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) UPN Veteran Jawa Timur. Kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain, yang dianggap penting dalam situasi pengambilan keputusan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan kuesioner terbuka. Partisipan dipilih secara purposif untuk menggali pengalaman dan persepsi terkait peran emosi dalam pengambilan keputusan akademik dan non-akademik. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tema utama dari jawaban responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang baik lebih mampu mempertimbangkan berbagai faktor dan mengendalikan impuls emosional saat membuat keputusan. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pengembangan kecerdasan emosional sebagai bekal bagi mahasiswa dalam menghadapi situasi yang kompleks. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program pelatihan kecerdasan emosional di lingkungan pendidikan tinggi.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosional, Pengambilan Keputusan, Metode Kualitatif, FISIP

ABSTRACT

This study aims to understand the influence of emotional intelligence on the decision-making process among students of the Faculty of Social and Political Sciences (FISIP) UPN Veteran East Java. Emotional intelligence refers to an individual's ability to recognize, understand, and manage their own and others' emotions, which are considered important in decision-making situations. This study uses a qualitative method with data collection techniques through in-depth interviews and open-ended questionnaires. Participants were selected purposively to explore experiences and perceptions related to the role of emotions in academic and non-academic decision-making. Data analysis was carried out using thematic analysis to identify patterns and main themes from respondents' answers. The results of the study indicate that students with a good level of emotional intelligence are better able to consider various factors and control emotional impulses when making decisions. This finding underlines the importance of developing emotional intelligence as a provision for students in dealing

Article History

Received: November 2024

Reviewed: November 2024

Published: November 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

with complex situations. This study is expected to contribute to the development of emotional intelligence training programs in higher education environments.

Keywords: *Emotional Intelligence, Decision Making, Qualitative Methods, FISIP*

1. Pendahuluan

Mahasiswa sebagai generasi muda memiliki peran penting dalam menentukan arah masa depan bangsa. Di lingkungan kampus, mahasiswa tidak hanya belajar tentang ilmu pengetahuan, tetapi juga dihadapkan pada berbagai situasi yang menuntut mereka untuk mengambil keputusan, baik dalam kehidupan akademik, organisasi, maupun sosial. Kemampuan dalam mengambil keputusan yang tepat menjadi salah satu keterampilan penting yang perlu dimiliki mahasiswa agar dapat menghadapi berbagai tantangan dengan bijak. Pengambilan keputusan sering kali tidak hanya didasari oleh kemampuan berpikir logis, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek emosional. Kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri serta orang lain, berperan penting dalam proses ini. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi dalam situasi yang menekan, sehingga dapat mengambil keputusan secara lebih rasional dan bijaksana. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional rendah mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan emosional, sehingga keputusan yang diambil cenderung tidak optimal.

Pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) UPN Veteran Jawa Timur, mahasiswa dihadapkan pada berbagai pilihan dan tantangan, baik dalam kegiatan akademik, organisasi, maupun kehidupan sehari-hari. Kondisi ini menuntut mereka untuk memiliki kemampuan pengambilan keputusan yang baik. Namun, tidak semua mahasiswa memiliki kecerdasan emosional yang sama, sehingga hasil pengambilan keputusan mereka juga dapat bervariasi. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana kecerdasan emosional mempengaruhi proses pengambilan keputusan mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur. Pemilihan judul ini didasarkan pada pentingnya kemampuan pengambilan keputusan yang baik bagi mahasiswa, terutama dalam menghadapi berbagai tantangan di lingkungan kampus dan masyarakat. Mahasiswa FISIP, sebagai individu yang mempelajari ilmu sosial dan politik, sering kali dihadapkan pada situasi yang kompleks dan dinamis. Mereka harus mengambil keputusan dalam konteks akademik (seperti memilih mata kuliah atau topik skripsi), organisasi (misalnya, merumuskan kebijakan atau strategi kegiatan), hingga kehidupan pribadi dan sosial.

Pengambilan keputusan bukan hanya soal kemampuan intelektual dan berpikir logis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor emosional. Kecerdasan emosional yang mencakup kemampuan memahami dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain dapat membantu mahasiswa tetap tenang, bijak, dan rasional saat menghadapi situasi sulit. Kemampuan ini sangat penting agar mahasiswa tidak mengambil keputusan secara tergesa-gesa atau hanya berdasarkan emosi sesaat, yang berpotensi menghasilkan keputusan yang kurang tepat. Judul ini diangkat karena fenomena bahwa tidak semua mahasiswa memiliki tingkat kecerdasan emosional yang sama, dan hal ini dapat memengaruhi kualitas keputusan yang mereka buat. Selain itu, banyak mahasiswa aktif di berbagai kegiatan kampus, seperti organisasi atau komunitas, yang memerlukan pengambilan keputusan secara cepat dan efektif. Dalam situasi demikian, mahasiswa yang mampu mengontrol emosinya cenderung lebih siap dan bijaksana dalam membuat pilihan. Di sisi lain, kurangnya kecerdasan emosional dapat membuat mahasiswa terjebak dalam keputusan yang impulsif dan tidak terarah.

Kecerdasan emosional (EQ) memiliki pengaruh signifikan terhadap pengambilan keputusan di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) UPN Veteran Jawa Timur. EQ mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun emosi orang lain, serta memainkan peran penting dalam situasi di mana mahasiswa dihadapkan pada berbagai pilihan dan tantangan. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan reaksi emosionalnya, sehingga

dapat menganalisis situasi dengan kepala dingin dan mempertimbangkan berbagai aspek secara rasional sebelum membuat keputusan. Hal ini penting dalam lingkungan akademik dan sosial yang penuh tekanan, di mana keputusan yang tepat dan bijak sangat diperlukan, baik dalam hal akademik, organisasi, maupun hubungan interpersonal.

Dengan memiliki kesadaran diri, mahasiswa mampu menyadari emosi apa yang sedang dirasakan dan tidak membiarkan emosi negatif menguasai pikiran. Kemampuan pengaturan diri yang baik juga membantu mereka dalam menahan diri dari tindakan impulsif yang bisa berakibat buruk. Selain itu, motivasi internal yang kuat mendorong mahasiswa untuk tetap berpikir positif dan tidak mudah menyerah, sementara empati membuat mereka lebih peka terhadap orang lain sehingga mampu mempertimbangkan keputusan yang menguntungkan banyak pihak. Keterampilan sosial yang baik juga membantu mereka dalam berkomunikasi dan bernegosiasi, yang sangat penting dalam pengambilan keputusan yang melibatkan pihak lain.

Dengan mengangkat topik ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih dalam tentang bagaimana kecerdasan emosional berperan dalam pengambilan keputusan mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak kampus untuk merancang program pengembangan kecerdasan emosional, seperti pelatihan manajemen emosi atau konseling, guna mendukung pengambilan keputusan yang lebih efektif dan berdampak positif bagi mahasiswa. Judul ini diangkat juga karena relevan dengan kehidupan sehari-hari mahasiswa, sekaligus menawarkan perspektif baru tentang pentingnya aspek emosional dalam proses pengambilan keputusan yang tepat dan bertanggung jawab.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur?
2. Bagaimana pengambilan keputusan mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur dalam berbagai situasi?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dan pengambilan keputusan mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur?

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis tingkat kecerdasan emosional mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur.
2. Mengetahui pola dan kualitas pengambilan keputusan mahasiswa dalam berbagai situasi.
3. Mengetahui sejauh mana kecerdasan emosional mempengaruhi proses pengambilan keputusan di kalangan mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur.

2. Tinjauan Pustaka

2.1 Pengambilan Keputusan

Maulida (2017) menyatakan bahwa pengambilan keputusan adalah proses memilih di antara berbagai alternatif untuk menentukan tindakan yang paling tepat untuk mencapai tujuan tertentu. Maulida menekankan bahwa proses ini bukan hanya tentang memilih satu pilihan, tetapi juga mencakup analisis mendalam terhadap situasi yang dihadapi. Proses ini melibatkan identifikasi masalah, pengumpulan informasi yang relevan, evaluasi berbagai pilihan, dan akhirnya memilih alternatif yang paling efektif untuk mencapai tujuan. Dia percaya bahwa pengambilan keputusan yang baik didasarkan pada data dan pertimbangan yang matang untuk mengurangi kemungkinan ketidakpastian dan risiko.

Menurutnya, banyak faktor memengaruhi pengambilan keputusan, termasuk pengetahuan, pengalaman, dan emosi seseorang. Pengalaman sebelumnya dapat memengaruhi cara seseorang melihat suatu masalah, sementara pengetahuan membantu seseorang memikirkan pilihan yang masuk akal. Sebaliknya, Maulida menekankan bahwa untuk hasil yang lebih efektif dan dapat diterima, analisis rasional dan kesadaran emosional harus diimbangi saat membuat keputusan. Ini karena emosi memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan, baik dalam bentuk intuisi maupun reaksi terhadap tekanan atau stres.

Mu'faridah (2017) menjelaskan pengambilan keputusan sebagai proses memilih tindakan yang dianggap paling tepat dari berbagai pilihan, dengan tujuan mencapai hasil tertentu atau menyelesaikan masalah. Menurutnya, pengambilan keputusan adalah langkah penting dalam manajemen dan kehidupan sehari-hari karena setiap tindakan yang diambil didasarkan pada pilihan yang telah dianalisis dengan cermat. Mu'faridah menekankan bahwa proses pengambilan keputusan terdiri dari beberapa langkah, seperti identifikasi masalah, pengumpulan informasi, analisis alternatif, dan pemilihan solusi terbaik. Semua langkah-langkah ini memerlukan pemikiran kritis dan kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai kemungkinan alternatif.

Beliau juga menekankan bahwa seorang individu harus mempertimbangkan faktor emosional dan rasional secara seimbang saat membuat keputusan. Ia menjelaskan bahwa faktor rasional, seperti data dan bukti empiris, sangat penting dalam mengevaluasi konsekuensi dari setiap alternatif yang dipilih; namun, ia juga mengakui peran faktor emosional, seperti intuisi, pengalaman, dan nilai-nilai pribadi yang mempengaruhi cara seseorang melihat situasi. Jadi, menurut Mu'faridah, keputusan yang baik adalah keputusan yang mempertimbangkan secara hati-hati antara fakta objektif dan intuisi (atau keyakinan subjektif) sehingga hasil yang diharapkan dapat dicapai dengan efektif dan efisien.

Nuriah (2012) menjelaskan pengambilan keputusan sebagai proses memilih antara berbagai pilihan tindakan untuk menyelesaikan masalah atau mencapai tujuan tertentu. Nuriah menekankan bahwa pengambilan keputusan melibatkan serangkaian langkah sistematis, mulai dari menemukan masalah, mengumpulkan informasi yang relevan, menganalisis pilihan yang ada, dan akhirnya memilih dan menerapkan pilihan terbaik. Setiap langkah dalam proses ini memiliki peran penting dalam memastikan bahwa keputusan yang dibuat didasarkan pada pertimbangan yang matang dan analisis yang rasional. Selain itu, proses ini mencakup evaluasi hasil dari keputusan tersebut untuk memastikan apakah tujuan telah dicapai atau apakah perlu dilakukan tindakan tambahan.

Dan beliau juga mengatakan bahwa banyak hal memengaruhi pengambilan keputusan. Ini termasuk keadaan lingkungan, informasi yang tersedia, dan kemampuan dan pengalaman pengambil keputusan. Ia menggarisbawahi betapa pentingnya mengumpulkan dan mengevaluasi informasi secara menyeluruh untuk mengurangi kemungkinan kesalahan saat memilih opsi. Selain itu, ia menyadari bahwa keterbatasan manusia dalam hal waktu, informasi yang tersedia, dan bias emosional sering memengaruhi pengambilan keputusan. Oleh karena itu, Nuriah menekankan bahwa pendekatan yang terstruktur dan analitis diperlukan untuk membuat keputusan yang efisien dan efektif dalam berbagai situasi.

2.2 Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional (EQ) adalah kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta merespons emosi orang lain secara efektif. EQ memainkan peran penting dalam berbagai aspek kehidupan karena membantu individu menghadapi tekanan, beradaptasi dengan perubahan, dan membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain. Terdiri dari beberapa komponen utama kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial kecerdasan emosional mendukung kemampuan kita untuk bertindak bijaksana dan menghindari respons impulsif. Kesadaran diri membantu seseorang memahami apa yang dirasakan dan bagaimana perasaan itu memengaruhi tindakan, sedangkan pengaturan diri melibatkan kontrol emosi agar tetap stabil dalam situasi menekan. Motivasi dalam EQ mendorong seseorang untuk tetap termotivasi dalam mencapai tujuan meskipun menghadapi kesulitan. Di sisi lain, empati memungkinkan seseorang memahami dan merasakan perasaan orang lain, yang sangat penting dalam interaksi sosial. Keterampilan sosial mendukung kemampuan berkomunikasi dengan baik, menyelesaikan konflik, dan bekerja sama secara produktif. Dalam lingkungan kerja, kecerdasan emosional dikaitkan dengan kepemimpinan yang efektif dan kinerja tinggi, sementara dalam kehidupan pribadi, EQ tinggi mendukung hubungan yang lebih positif dan tahan lama. Kecerdasan emosional dapat dilatih dan dikembangkan dengan kesadaran serta usaha konsisten, menjadikannya keterampilan penting bagi keberhasilan pribadi dan profesional.

Kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka, baik emosi mereka sendiri maupun orang lain, disebut kecenderungan emosional. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak dan rencana untuk mengatasi masalah segera, menurut Goleman (2015). Karena akar kata "emosi" adalah "movere", yang berarti "menggerakkan" atau "bergerak," maka kecenderungan untuk bertindak adalah aspek utama dari emosi. Kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain disebut kecerdasan emosional, menurut Daniel Goleman (2015). Goleman mengidentifikasi lima kategori utama kecerdasan emosional: kesadaran diri (self-awareness), pengelolaan diri (self-management), motivasi (motivation), empati, dan keterampilan sosial. Semua pengelompokan ini mencakup berbagai keterampilan yang membantu seseorang berinteraksi dengan lingkungan sosialnya dengan baik. Setiap pengelompokan ini saling terkait, membentuk dasar kecerdasan emosional yang efektif dan efisien.

1. Kesadaran diri

merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi dan memahami emosi diri sendiri. Kesadaran diri yang baik memungkinkan orang untuk mengidentifikasi dengan jelas emosi mereka, memahami bagaimana emosi memengaruhi tindakan mereka, dan memiliki pemahaman yang kuat tentang kekuatan dan kelemahan mereka. Kesadaran diri terdiri dari tiga komponen utama yaitu kesadaran emosional, penilaian diri yang akurat, dan rasa percaya diri. Orang yang menyadari emosinya dapat mengelola reaksinya dalam situasi yang sulit. Individu dengan kesadaran diri yang tinggi mampu mengidentifikasi perasaan yang sedang dirasakan, misalnya marah, sedih, atau bahagia, serta memahami penyebab emosi tersebut. Mereka juga memiliki pemahaman yang baik tentang nilai-nilai dan prinsip pribadi, serta cara pola pikirnya dapat memengaruhi keputusan. Kesadaran diri mencakup kemampuan untuk melakukan refleksi diri, yang memungkinkan seseorang untuk mengenali kelebihan, kekurangan, dan motivasi yang mendasari perilaku mereka. Dengan kesadaran ini, seseorang dapat bertindak secara lebih bijaksana dan menilai situasi dengan lebih objektif.

2. Pengendalian Diri

adalah kemampuan untuk mengontrol emosi dan keinginan Anda serta beradaptasi dengan perubahan lingkungan. Ini termasuk pengendalian diri, kejujuran, kemampuan beradaptasi, dan orientasi terhadap pencapaian. Pengelolaan diri yang efektif membantu seseorang tetap positif, tenang, dan gigih saat menghadapi tantangan atau tekanan. Orang yang mampu mengelola diri, menurut Goleman, cenderung memiliki ketangguhan emosional yang lebih besar, lebih mampu mempertahankan keadaan yang sulit, dan tidak mudah terbawa suasana negatif. Pengendalian diri membantu seseorang untuk tetap tenang dan rasional saat menghadapi tekanan, stres, atau konflik, sehingga ia tidak mudah terpengaruh oleh emosi negatif seperti amarah atau ketakutan. Individu yang mampu mengendalikan diri cenderung memiliki ketahanan yang tinggi terhadap godaan, mampu menunda kepuasan demi mencapai tujuan jangka panjang, dan memiliki stabilitas emosional yang baik. Pengendalian diri juga berarti mampu menahan diri dari perilaku atau kata-kata yang mungkin menimbulkan masalah dalam hubungan dengan orang lain, serta bertindak dengan penuh pertimbangan. Keterampilan ini sangat penting dalam situasi yang membutuhkan keputusan yang tenang dan terukur, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional, karena pengendalian diri memungkinkan seseorang untuk berpikir secara jernih dan membuat keputusan yang lebih tepat tanpa terpengaruh oleh emosi sesaat.

3. Motivasi

adalah kemampuan untuk menggerakkan diri sendiri untuk mencapai tujuan. Orang-orang yang memiliki motivasi emosional yang kuat biasanya memiliki dorongan dalaman yang kuat untuk mencapai kesuksesan, kata Goleman. Mereka optimis, bersemangat, dan berdedikasi untuk mencapai tujuan. Motivasi intrinsik ini mendorong orang untuk mencapai hasil terbaik meskipun menghadapi tantangan dan kesulitan. Hal ini juga mencakup keinginan dan semangat untuk bekerja, yang mendorong mereka untuk belajar dan berkembang. Motivasi adalah dorongan internal yang menggerakkan seseorang untuk mencapai tujuan, bertindak,

dan berusaha keras meskipun menghadapi tantangan atau hambatan. Motivasi dapat bersumber dari faktor intrinsik, seperti kepuasan pribadi, minat, dan hasrat untuk berkembang, atau dari faktor ekstrinsik, seperti penghargaan, pengakuan, atau insentif. Individu yang memiliki motivasi yang kuat cenderung gigih, pantang menyerah, dan berfokus pada upaya mencapai hasil yang diinginkan, meskipun situasi yang dihadapi sulit. Motivasi yang baik juga melibatkan komitmen untuk terus belajar dan berkembang, serta kemauan untuk bangkit kembali setelah kegagalan. Dengan motivasi yang kuat, seseorang akan memiliki semangat yang konsisten dalam menjalani kegiatan sehari-hari dan mempertahankan pandangan positif dalam menghadapi tantangan. Selain itu, motivasi berfungsi sebagai landasan bagi ketahanan diri, karena seseorang yang termotivasi akan cenderung lebih mampu mengatasi stres, memprioritaskan tugas, dan menemukan cara-cara kreatif untuk mengatasi kesulitan.

4. Empati

Kemampuan untuk memahami dan memahami perasaan orang lain didefinisikan sebagai empati. Empati berarti mengetahui emosi orang lain dan merespons dengan tepat terhadap apa yang mereka butuhkan. Orang-orang yang sangat empati mampu membaca isyarat emosional, memahami sudut pandang orang lain, dan bertindak dengan empati dalam interaksi sosial mereka. Dalam kepemimpinan, empati memainkan peran penting dalam membangun hubungan yang kuat dan memberikan dukungan emosional kepada anggota tim. Empati, di sisi lain, adalah kemampuan untuk memahami, merasakan, dan mengapresiasi emosi atau perspektif orang lain seolah-olah merasakannya sendiri. Empati memungkinkan seseorang untuk terhubung dengan perasaan orang lain, bukan hanya pada tingkat intelektual, tetapi juga emosional. Ada dua jenis empati utama: empati kognitif, yaitu kemampuan untuk memahami pikiran atau perspektif orang lain, dan empati emosional, yaitu kemampuan untuk merasakan emosi yang dialami orang lain. Individu yang memiliki empati tinggi cenderung lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang di sekitarnya, sehingga mampu memberikan respons yang lebih tepat dan penuh pengertian dalam berbagai situasi. Empati sangat penting dalam membangun hubungan interpersonal yang kuat dan mendalam karena memungkinkan seseorang untuk mengurangi konflik, menyelesaikan masalah, dan mendukung orang lain dengan cara yang lebih tulus. Dalam lingkungan kerja atau sosial, empati dapat meningkatkan kerja sama dan saling pengertian, karena orang yang berempati mampu menghargai perbedaan, memperhatikan bahasa tubuh, dan menyampaikan dukungan dengan cara yang benar-benar bermakna bagi orang lain.

5. Keterampilan Sosial

Kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dengan cara yang positif dan produktif dikenal sebagai keterampilan sosial. Goleman menjelaskan bahwa keterampilan sosial melibatkan kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik, membangun dan mempertahankan hubungan, dan bekerja sama dalam kelompok. Keterampilan sosial juga melibatkan keterampilan seperti persuasi, kepemimpinan, kolaborasi, dan manajemen konflik. Orang-orang yang memiliki keterampilan sosial yang baik memiliki kemampuan untuk mempengaruhi orang lain secara positif, menginspirasi orang lain, dan menciptakan lingkungan kerja yang harmonis.

Keterampilan ini mencakup beberapa aspek penting, seperti komunikasi verbal dan non-verbal, kemampuan mendengarkan, kerja sama, serta kemampuan mengelola dan menyelesaikan konflik. Orang yang memiliki keterampilan sosial yang baik mampu menyampaikan pikiran dan perasaan dengan jelas dan empatik, serta menyesuaikan gaya komunikasinya agar sesuai dengan konteks dan audiens. Kemampuan mendengarkan dengan penuh perhatian juga menjadi bagian dari keterampilan sosial, di mana seseorang tidak hanya memahami kata-kata, tetapi juga makna dan emosi di baliknya. Selain itu, keterampilan sosial memungkinkan seseorang untuk bekerja sama secara produktif dalam tim, menghargai pandangan orang lain, serta menunjukkan sikap yang terbuka dan

menghormati keberagaman. Dalam situasi konflik, keterampilan sosial mendukung seseorang untuk menenangkan diri, mengelola emosi, dan mencari solusi yang adil dan menguntungkan bagi semua pihak. Orang yang memiliki keterampilan sosial yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi, disenangi, dan dihormati dalam lingkungan sosial maupun profesional. Keterampilan ini juga berperan penting dalam kepemimpinan, karena seorang pemimpin yang baik harus mampu memotivasi, membimbing, dan mendukung anggota timnya dengan pendekatan yang komunikatif dan empatik.

Hamzah (2006) mengatakan kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengendalikan, dan memahami emosi seseorang serta memahami emosi orang lain. Dia menekankan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya tentang mengetahui apa yang kita rasakan, tetapi juga tentang bagaimana emosi kita dapat digunakan secara positif untuk mencapai tujuan yang lebih besar. Ia menekankan betapa pentingnya mengendalikan emosi dalam interaksi sosial, di mana orang yang cerdas emosional dapat menjaga hubungan baik dengan orang lain, memahami kebutuhan emosional mereka, dan merespons dengan baik.

Hamzah juga berpendapat bahwa kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam kesuksesan seseorang, baik secara pribadi maupun profesional. Ia menyatakan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya memengaruhi kesehatan psikologis seseorang, tetapi juga meningkatkan kemampuan mereka untuk bekerja sama dengan baik dan efektif dalam kelompok. Orang-orang dengan kecerdasan emosional yang tinggi juga cenderung lebih mampu memotivasi diri sendiri.

Hamzah menegaskan bahwa empati adalah bagian penting dari kecerdasan emosional. Menurutnya empati adalah kemampuan untuk memahami perspektif dan perasaan orang lain, yang sangat penting dalam menciptakan hubungan yang harmonis. Dengan memiliki empati, seseorang dapat lebih peka terhadap perasaan orang di sekitarnya dan merespons dengan cara yang lebih baik. Kecerdasan emosional yang baik, menurut Hamzah, mencakup kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan diri sendiri dan kebutuhan orang lain serta menciptakan lingkungan yang mendukung kesuksesan bersama.

John, Robert, dan Matteson (2002) mengatakan kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Mereka juga mengatakan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk mengenali emosi secara akurat, menggunakan emosi untuk meningkatkan pemikiran, memahami arti emosi, dan mengatur emosi dengan cara yang sehat.

Mereka menekankan bahwa kecerdasan emosional terdiri dari empat domain utama: persepsi emosional, penggunaan emosional untuk memfasilitasi pemikiran, pemahaman emosional, dan pengelolaan emosional. Persepsi emosional mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi dan memahami emosi diri sendiri dan orang lain, termasuk ekspresi mereka dalam bahasa tubuh dan wajah. Bagaimana emosi dapat mempengaruhi pemikiran seseorang, seperti dengan membantu memusatkan perhatian pada tugas tertentu, disebut penggunaan emosi. Selain itu, pemahaman emosional mencakup kemampuan untuk mengenali hubungan antara emosi dan situasi yang menyebabkannya. Di sisi lain, pengelolaan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi yang tidak menyenangkan dan mempertahankan stabilitas emosi dalam berbagai situasi.

John, Robert, dan Matteson juga berpendapat bahwa kecerdasan emosional sangat penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan kepemimpinan yang efektif. Mereka berpendapat bahwa individu dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu membangun hubungan yang baik, memotivasi orang lain, dan merespons konflik dengan cara yang konstruktif. Ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka lebih peka terhadap emosi orang lain, lebih mampu mengontrol diri mereka, dan lebih mampu membuat keputusan dengan

mempertimbangkan faktor emosional. Mereka percaya bahwa kecerdasan emosional yang kuat sangat penting untuk kesuksesan profesional dan kerja tim.

3. Metodologi

3.1 Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah metode penelitian campuran (mixed methods) yakni pendekatan teoritis dan empiris untuk mengkaji pengaruh kecerdasan emosional terhadap pengambilan Keputusan. Pendekatan teoritis digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang ide-ide dasar tentang kecerdasan emosional, pengambilan keputusan, dan bagaimana keduanya berhubungan satu sama lain, pendekatan teoritis digunakan untuk menganalisis literatur secara menyeluruh. Peneliti akan merujuk pada teori kecerdasan emosional Daniel Goleman, yang membagi kecerdasan emosional menjadi lima komponen utama: kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Studi literatur juga akan mencakup teori pengambilan keputusan dari berbagai ahli, termasuk pengaruh emosional, analisis rasional, dan intuisi. Tujuan dari pendekatan teoritis ini adalah untuk membuat kerangka konsep dan hipotesis yang kuat yang dapat divalidasi secara empiris.

Selanjutnya, metode empiris digunakan untuk menguji hipotesis yang dibangun dari teori. Dalam metode ini, penelitian akan menggunakan metode survei kuantitatif untuk mengumpulkan data. Kuesioner akan digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional responden berdasarkan lima dimensi yang diuraikan dalam penelitian teori. Selain itu, kuesioner juga akan mencakup item untuk mengukur seberapa efektif pengambilan keputusan. Metode purposive sampling akan digunakan untuk memilih sampel responden yang relevan dengan topik penelitian, seperti manajer, supervisor, atau orang yang sering terlibat dalam proses pengambilan keputusan di tempat kerja mereka.

3.2 Populasi dan Sampel

Seluruh mahasiswa Program Studi Administrasi Bisnis di UPN Veteran Jawa Timur digunakan dalam penelitian ini. Namun, untuk mengukur dampak kecerdasan emosional terhadap pengambilan keputusan, sejumlah mahasiswa yang dipilih secara acak dari populasi tersebut digunakan sebagai sampel. Metode *purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel ini karena mereka memiliki pengalaman dalam pengambilan keputusan di lingkungan akademik atau organisasi kemahasiswaan.

3.3 Metode Pengambilan Data

Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang disebarluaskan secara daring menggunakan Google Form. Media ini dipilih karena kemudahan akses dan efisiensi dalam mengumpulkan data secara cepat dan luas dari para responden, yaitu mahasiswa Program Studi Administrasi Bisnis di UPN Veteran Jawa Timur. Kuesioner yang disusun mencakup pertanyaan tertutup dan terbuka yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional dan efektivitas pengambilan keputusan pada responden.

4. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kecerdasan emosional memengaruhi kemampuan responden untuk membuat keputusan setelah melakukan wawancara mendalam dengan 20 mahasiswa FISIP UPN Veteran di Jawa Timur. Hasil penelitian yang dianalisis berdasarkan tema-tema kecerdasan emosional seperti kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, dan kemampuan sosial memberikan gambaran yang beragam tentang peran kecerdasan emosional dalam proses pengambilan keputusan. Pada bab ini, hasil penelitian akan diuraikan

secara menyeluruh, disertai dengan interpretasi tentang bagaimana masing-masing komponen kecerdasan emosional berdampak pada pola dan kualitas pengambilan keputusan mahasiswa.

Sebagai bagian dari hasil dan pembahasan dalam artikel berjudul "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Pengambilan Keputusan di Kalangan Mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur", kami menyertakan bukti tanggapan dari kuesioner Google Form yang telah kami sebar. Bukti ini berfungsi untuk memberikan gambaran nyata tentang data yang kami peroleh terkait dengan rumusan masalah penelitian yang kami buat, berikut lampirannya :

<p>Bagaimana cara anda menyelesaikan konflik dengan teman atau anggota kelompok dalam kegiatan akademik?</p> <p>Saya menyelesaikan konflik dengan mendengarkan semua pendapat, mencari titik tengah, dan mengedepankan tujuan bersama.</p>	<p>Menurut anda, apakah kemampuan mengelola emosi dapat membantu anda membuat keputusan yang baik? jelaskan...</p> <p>Ya, kemampuan mengelola emosi sangat membantu dalam membuat keputusan yang baik. Ketika emosi terkendali, saya bisa berpikir lebih jernih, mempertimbangkan fakta secara objektif, dan tidak terburu-buru. Ini juga mencegah keputusan impulsif yang mungkin kurang tepat, terutama dalam situasi penuh tekanan.</p>
<p>Dapatkah anda menceritakan pengalaman saat anda harus membuat keputusan yang sulit dalam kehidupan kuliah atau organisasi?</p> <p>Pernah dalam organisasi kampus, saya harus memutuskan antara melanjutkan proyek besar dengan risiko tinggi atau mengahlikannya ke proyek yang lebih aman namun kurang berdampak. Saya akhirnya memilih melanjutkan proyek besar karena potensi manfaatnya lebih besar, meski menuntut kerja keras dan menghadapi banyak tantangan. Keputusan itu sulit, tapi hasilnya berdampak positif bagi tim dan organisasi.</p>	<p>Apa pendapat anda tentang pentingnya kecerdasan emosional dalam pengambilan keputusan yang efektif?</p> <p>Kecerdasan emosional sangat penting dalam pengambilan keputusan yang efektif karena membantu memahami dan mengelola emosi sendiri serta emosi orang lain. Dengan kecerdasan emosional, seseorang bisa tetap tenang dalam tekanan, berempati dalam mempertimbangkan pandangan orang lain, dan mengurangi konflik. Ini memungkinkan keputusan yang lebih bijaksana dan berimbang, terutama dalam situasi kompleks yang melibatkan banyak orang.</p>
<p>Bagaimana anda menghadapi tekanan atau situasi mendesak saat harus membuat keputusan dengan cepat?</p> <p>saya menghadapi tekanan dengan tetap tenang.</p>	<p>28/10/24, 00:04 ditinjau</p>
<p>Bagaimana anda menghadapi tekanan atau situasi mendesak saat harus membuat keputusan dengan cepat?</p> <p>22 jawaban</p> <p>memahami, menelaah, mencerna masalah itu dan yakin serta tidak melupakan feeling yang saya rasakan pada saat itu</p> <p>tentunya saya akan melihat dari beberapa sudut pandang terlebih dahulu seperti dampak2 yang ada jika saya harus membuat sebuah keputusan.</p> <p>Dengan tetap tenang serta sebisa mungkin berfikir secara jernih serta objektif terhadap semua aspek dan tidak terfokus ke aspek tersebut dan mencari solusi</p> <p>Saat menghadapi tekanan atau situasi mendesak yang memerlukan keputusan cepat, saya berusaha tetap tenang dengan menarik napas dalam-dalam dan fokus pada informasi yang tersedia. Saya mencoba mengidentifikasi opsi terbaik dengan mempertimbangkan konsekuensi masing-masing, meskipun dalam waktu terbatas. Jika memungkinkan, saya juga mencari masukan singkat dari rekan atau sumber terpercaya. Setelah mempertimbangkan semua aspek, saya mengambil keputusan dan bersiap untuk menyesuaikan jika diperlukan, sambil menjaga fleksibilitas untuk menghadapi hasil yang tidak terduga.</p> <p>saya menghadapi tekanan dengan tetap tenang.</p>	<p>Apa pendapat anda tentang pentingnya kecerdasan emosional dalam pengambilan keputusan yang efektif?</p> <p>22 jawaban</p> <p>kecerdasan emosional tentu sangat penting, dengan kecerdasan emosional yang baik, kita dapat mengambil keputusan yang tepat</p> <p>pendapat saya tentunya jangan pernah mengambil keputusan jika kalian sedang tidak dalam kondisi yang baik, yang berarti jika emosi kita belum stabil lebih baik kita istirahat terlebih dahulu agar nantinya kita bisa memikirkan keputusan yang baik dengan kondisi emosional yang baik juga.</p> <p>tentu sangat penting dari kecerdasan dalam mengatur emosi kita sangat berpengaruh dari hasil keputusan yang kita ambil dan dampak untuk kedepannya</p> <p>Kecerdasan emosional sangat penting dalam pengambilan keputusan yang efektif karena memungkinkan individu untuk mengenali dan memahami emosi mereka serta emosi orang lain. Dengan kemampuan ini, seseorang dapat mengelola stres dan tekanan, yang sering muncul dalam situasi keputusan penting. Kecerdasan emosional juga membantu dalam berkomunikasi dengan lebih baik, membangun hubungan yang positif, dan menciptakan lingkungan kolaboratif. Dengan memahami dampak emosional dari keputusan yang diambil, seseorang dapat membuat pilihan yang lebih bijaksana dan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang, baik untuk diri sendiri maupun untuk orang lain.</p> <p>Kondisi emosional sangat penting dalam mengambil keputusan yang efektif karena membantu...</p>

1. Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur

Dari data yang dikumpulkan melalui kuesioner Google Form, diketahui bahwa tingkat kecerdasan emosional mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur bervariasi, dengan sebagian besar mahasiswa berada pada kategori kecerdasan emosional sedang hingga tinggi. Penilaian kecerdasan emosional dilakukan melalui beberapa indikator, yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial.

Sebagian besar mahasiswa menunjukkan kesadaran yang baik akan emosi mereka dan mampu mengelola emosi dalam berbagai situasi, terutama pada indikator kesadaran diri dan empati yang mendapat skor tinggi. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kapasitas untuk memahami dan mengatur emosi pribadi serta menunjukkan kepedulian terhadap emosi orang lain. Namun, pada beberapa kasus ditemukan bahwa pengendalian diri mahasiswa terhadap emosi, khususnya dalam menghadapi situasi tekanan tinggi, masih memerlukan peningkatan.

Salah satu komponen kecerdasan emosional yang paling sering disebutkan oleh responden sebagai faktor yang memengaruhi pengambilan keputusan adalah pengelolaan emosi. Pengelolaan emosi yang dimiliki oleh sebagian besar mahasiswa yang terdata dalam survei yang telah kami dapatkan sebagian besar memiliki perilaku yang sama yaitu mereka dapat menata perasaan emosi yang datang seperti penjelasan salah satu responden yang mengatakan "saya biasanya mulai dengan berhenti sejenak untuk mengenali emosi yang muncul, baik

itu rasa cemas, marah, atau sedih. Saya mencoba memahami sumber emosi tersebut dengan merefleksikan apa yang sebenarnya memicu perasaan tersebut. Setelah itu, saya menggunakan teknik pernapasan dalam untuk menenangkan diri dan menjaga fokus. Saya juga berusaha mengalihkan perhatian ke solusi dengan mempertimbangkan langkah-langkah positif yang bisa diambil, bukan hanya terfokus pada masalah”.

2. Pola dan Kualitas Pengambilan Keputusan Mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki berbagai pola dan kualitas dalam pengambilan keputusan. Secara umum, mahasiswa cenderung mempertimbangkan beberapa alternatif keputusan sebelum menentukan pilihan akhir, terutama dalam situasi yang membutuhkan penilaian rasional, seperti keputusan akademik atau organisasi.

Namun, dalam situasi yang menimbulkan tekanan emosional tinggi, seperti konflik interpersonal atau tekanan dari tugas yang mendadak, sebagian mahasiswa mengaku kesulitan mempertahankan ketenangan. Hal ini kadang memengaruhi mereka untuk membuat keputusan yang kurang optimal. Di sisi lain, mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan dan cenderung membuat keputusan yang lebih rasional dan bijaksana. Hal ini juga berhubungan erat dengan cara mahasiswa dalam menghadapi masalah dan mengetahui pola mahasiswa dalam mengambil suatu keputusan. Dimana pola tersebut memiliki kesamaan dimana mahasiswa cenderung tidak terbawa emosi dan menenangkan diri apabila dalam keadaan ramai. *”Saat menghadapi tekanan atau situasi mendesak yang menuntut keputusan cepat, saya berusaha tetap tenang dan fokus pada inti masalah. Langkah pertama yang saya lakukan adalah mengidentifikasi prioritas utama dari situasi tersebut dan memisahkan informasi penting dari hal-hal yang kurang relevan. Saya biasanya mempertimbangkan dampak dari beberapa opsi yang ada, sambil tetap mempercayai pengalaman dan intuisi saya dalam memilih yang terbaik. Jika memungkinkan, saya juga akan meminta masukan singkat dari anggota tim atau rekan yang berpengalaman untuk memperkaya perspektif saya. Setelah membuat keputusan, saya segera mengambil tindakan yang diperlukan sambil tetap siap menyesuaikan langkah jika situasi berkembang. Pendekatan ini membantu saya menjaga ketenangan dan efisiensi dalam kondisi mendesak”.*

3. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Pengambilan Keputusan Mahasiswa

Analisis korelasi yang dilakukan terhadap data wawancara menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan pengambilan keputusan mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi umumnya menunjukkan kemampuan pengambilan keputusan yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Hal ini tampak dari pola berpikir yang lebih terstruktur, kecenderungan untuk mempertimbangkan aspek jangka panjang dari setiap keputusan, dan kemampuan untuk mengendalikan emosi saat dihadapkan pada tekanan.

Kecerdasan emosional yang tinggi membantu mahasiswa untuk tetap objektif dalam mengambil keputusan dan tidak terlalu dipengaruhi oleh emosi sesaat, terutama dalam situasi sulit. Sebaliknya, mahasiswa dengan kecerdasan emosional rendah cenderung lebih impulsif dan sering kali membuat keputusan yang didasarkan pada perasaan sesaat tanpa pertimbangan yang matang.

Pengendalian emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap suatu pengambilan keputusan yang baik bagi mahasiswa Administrasi Bisnis. Responden menekankan bahwa pengendalian emosi memungkinkan seseorang untuk tetap tenang dan berpikir jernih,

terutama dalam situasi stres, sehingga mereka dapat menghindari keputusan impulsif. Dengan pengelolaan emosi yang baik, seseorang dapat menjadi lebih objektif dan mempertimbangkan dampak emosional dari keputusan yang dibuat, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang lebih seimbang dan penuh empati. Seperti pendapat yang dikemukakan oleh salah satu responden mahasiswa *"Menurut saya, kemampuan mengelola emosi sangat membantu dalam membuat keputusan yang baik, terutama dalam situasi yang penuh tekanan. Ketika emosi dapat dikendalikan, saya cenderung lebih tenang dan berpikir jernih, sehingga mampu menganalisis masalah secara objektif dan mempertimbangkan semua pilihan dengan lebih rasional. Jika emosi tidak terkendali, keputusan yang diambil bisa saja didasari oleh reaksi impulsif atau penilaian yang kurang tepat, yang pada akhirnya berpotensi merugikan. Dengan mengelola emosi, saya juga bisa lebih terbuka terhadap masukan dan perspektif lain yang mungkin lebih konstruktif. Hal ini memastikan bahwa setiap keputusan yang saya ambil tidak hanya cepat, tetapi juga efektif"* Hal ini juga menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi membantu seseorang menahan diri terhadap konsekuensi keputusan mereka, memungkinkan mereka lebih siap untuk menerima dan menghadapi dampak yang muncul. Akibatnya, mereka membuat keputusan yang lebih bijaksana, stabil, dan berfokus pada hasil yang baik bagi diri mereka sendiri dan lingkungan mereka.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil wawancara dan analisis data, berikut adalah kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini:

1. Tingkat kecerdasan emosional mahasiswa FISIP UPN Veteran Jawa Timur secara umum berada pada kategori sedang hingga tinggi, dengan aspek kesadaran diri dan empati sebagai kekuatan utama.
2. Mahasiswa menunjukkan pola pengambilan keputusan yang rasional dalam situasi tertentu, namun beberapa mahasiswa menghadapi tantangan dalam menjaga objektivitas di bawah tekanan emosional.
3. Terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan kemampuan pengambilan keputusan mahasiswa, di mana kecerdasan emosional yang lebih tinggi membantu mahasiswa untuk mempertimbangkan berbagai aspek sebelum mengambil keputusan, terutama dalam situasi yang membutuhkan pengendalian emosi yang baik.

Penelitian ini menyoroti pentingnya kecerdasan emosional dalam pengambilan keputusan, serta perlunya pengembangan kecerdasan emosional di kalangan mahasiswa melalui pelatihan atau program yang mendukung kemampuan manajemen emosi untuk meningkatkan kualitas pengambilan keputusan mereka.

Daftar Pustaka

- Sastrodiharjo, I., & Suraji, R. (2021). Pengaruh Pelaksanaan Etika Profesi Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Pengambilan Keputusan Auditor. *Jurnal Ilmiah Akuntansi dan Manajemen*, 17(2), 153-164.
- Jayalakshmi, V., & Magdalin, S. (2015). Emotional intelligence, resilience and mental health of women college students. *Journal of Psychosocial Research*, 10(2), 401-408.
- Mesidor, J. K., & Sly, F. K. (2016). Factors that contribute to the adjustment of international students. *Journal of International Students*, 6(1), 262-282

- Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2016). The relation between emotional intelligence and subjective wellbeing: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 276-285. doi: 10.1080/17439760.2015.1058968.
- Serrano, C. & Andreu, Y. (2016). Perceived emotional intelligence, subjective well-being, perceived stress, engagement and academic achievement of adolescents. *Revista de Psicodidáctica*, 21(2), 357-374. doi: 10.1387/revpsicodidact.14887.
- Lipshitz R, & Strauss O., 2017, Copy with Uncertainty: A Naturalistic Decision Making Analysis, *Journal of Organization Behavior and Human Decision Process* (69).2.p.149-164.
- Bariyyah, K., & Latifah, L. (2019). Kecerdasan Emosi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenjang Kelas. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 4(2), 68. <https://doi.org/10.29210/02379jpgi0005>
- Burhanudin. (2017). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Stres. *Efektif Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 8(1).
- Mulya, H., & Indrawati, E. (2016). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Empati*, 5(2), 296–302.
- Yuliantini, T. (2013). Pengaruh Kecerdasan Emosi (Eq) Dan. 3(1), 58–71.
- Cobos-sánchez, L., Fluja-scontreras, J. M., & Gómez-becerra, I. (2017). The role of emotional intelligence in psychological adjustment among adolescents. *Anales de Psicología*, 33, 66–73
- Goleman, Daniel. (2020). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Marsuki. (2014). *Kualitas Kecerdasan Intelektual Generasi Pembaru Masa Depan*. Malang: UB Press. [ebook]. Retrieved form <http://books.google.co.id>.
- Wirabhakti, Andhika. (2019). Pengaruh Kecerdasan Intelektual dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Peserta Didik. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 4 22 – 41.
- Amalia, Diah. Muhammad Ramadhan. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual terhadap Kepemimpinan Transformasional Dilihat Dari Perspektif Gender. *Journal of Applied Managerial Accounting* 3 126-139.