

## Pengaruh Disregulasi Emosi Terhadap Keterampilan Pengambilan Keputusan pada ASN

Nadiya Andromeda<sup>1\*</sup>, Esha Paulina Kristanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang

E-mail korespondensi: <sup>1\*</sup>diyasaja@gmail.com

---

**Keywords:** *decision making skill, emotional dysregulation, ASN*

### Abstract

This research aims to determine the influence of emotional dysregulation on the ability to make decisions in state civil servants in the Southwest Sumba Regency government environment. The method used is quantitative with linear regression analysis techniques. Participants in this research consisted of 201 ASN in the Southwest Sumba Regency Government environment. The sample method uses a population sample. The instrument used is the Decision Making Scale which is derived from the Decision Making Competency based on the Perka 2019 BKN RI and the DERS Scale. The results of the analysis using linear regression in this research are that there is an influence of emotional dysregulation on decision making, resulting in a regression coefficient of -0.345 with a statistical t value of 5.255 and a significance value of 0.000. These results show that there is a significant negative influence, meaning that the higher the emotional dysregulation, the lower the impact on decision making.

---

**Kata kunci:** *disregulasi emosi, pengambilan keputusan, ASN*

### Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh disregulasi emosi terhadap kemampuan dalam mengambil keputusan pada aparatur sipil negara di lingkungan pemerintahan Kabupaten Sumba Barat Daya. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan tehnik analisis regresi linier. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 201 ASN di lingkungan Pemerintahan Kabupaten Sumba Barat Daya. Metode sampelnya menggunakan sampel populasi. Instrumen yang digunakan adalah skala pengambilan keputusan yang diturunkan dari kompetensi pengambilan Keputusan berdasarkan Perka BKN RI 2019 dan Skala DERS. Hasil analisis melalui regresi linier dalam penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan diperoleh koefisien regresi sebesar -0,345 dengan nilai t statistik sebesar 5,255 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan, artinya semakin tinggi

---

disregulasi emosi akan berpengaruh terhadap semakin rendah pengambilan keputusan.

---

**Sitasi:** Andromeda, N., & Kristanti, E. P. (2025). Pengaruh Disregulasi Emosi Terhadap Keterampilan Pengambilan Keputusan pada ASN. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 189-202. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i1.4969>

---

## Pendahuluan

Aparatur Sipil Negara merupakan aset sumber daya manusia yang dimiliki oleh pemerintah pusat dalam menjalankan roda pemerintahan demi telaksananya Pembangunan negara dalam semua aspek kehidupan masyarakat di suatu daerah. Setelah gerakan reformasi tahun 1998 berhasil menggulingkan rezim Orde Baru yang Jakarta-sentris, Indonesia memulai era baru dalam sistem ketatanegaraan. Maka, sejak tahun 2001, sistem pemerintahan berubah dari pemerintahan yang sentralistik ke sebuah sistem otonomi daerah. Dalam rangka pelaksanaan otonomi daerah tersebut, pemerintah pusat mendelegasikan sebagian kekuasaan politik dan pengelolaan keuangan kepada pemerintah daerah sesuai kewenangan daerah.

Banyak sekali kesenjangan infrastuktur maupun *soft skill* yang dimiliki oleh ASN di Daerah yang terluar, terjauh, dan tertinggal yang masih perlu mendapatkan dukungan pendidikan dan pelatihan yang memadai dari pemerintah. Kesenjangan ini sering memunculkan permasalahan pelayanan publik yang tidak standart dan sering mempersulit masyarakat untuk mendapatkan hak layanan publiknya dalam bidang kependudukan, kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan.

Penulis menitik beratkan pada Pemerintah Kabupaten Sumba Barat Daya. Di mana Universitas Wisnuwardhana cukup banyak menerima mahasiswa dari kabupaten tersebut. Dari hasil wawancara dengan mahasiswa, alumni yang berasal dari kabupaten Sumba Barat Daya dan beberapa penelitian terdahulu, ada beberapa keluhan terkait dengan minimnya *support* yang diberikan pemerintah Kabupaten Sumba Barat Daya untuk pelajar-pelajar yang menempuh pendidikan di Kota Malang. Sedangkan Provinsi lain di luar NTT masih menyediakan rumah singgah, dukungan dana untuk putra daerah, dukungan dana Kartu Indonesia Pintar dan lain-lain. Di mana pelayanan tersebut seharusnya menjadi tugas utama untuk melaksanakan pelayanan publik untuk

masyarakat secara umum dari provinsi NTT ini. Hal ini tentu saja menjadi sebuah problem yang cukup merisaukan bagi seluruh masyarakat. Karena ASN yang seharusnya mampu mengambil keputusan dengan tepat sasaran dan relevan untuk membantu masyarakatnya malah melalaikan tugas ataupun kurang faham dengan tupoksinya untuk memberikan pelayanan publik secara total sebagai abdi negara (Barusman dkk., 2018).

Namun kenyataan di lapangan masih ditemukan masalah disiplin dan etos kerja yang lemah dan tidak terintegrasi dari pada ASN di sana. Misalnya dari hasil wawancara dengan salah satu ASN di Pemerintah kota Sumba bara Daya, dalam satu minggu mereka hanya masuk 2 kali atau 3 kali. Namun tidak mendapatkan sanksi atau konsekuensi yang jelas dari atasan atau Badan Kepegawaian Daerah. Hal seperti ini banyak ditemukan di banyak instansi di Kabupaten Sumba Barat Daya.

Tentu saja banyak aspek kepribadian yang bisa mempengaruhi kemampuan menejerial seorang ASN untuk menjalankan tugasnya. Salah satu bentuk kemampuan manajerial yang utama adalah pengambilan keputusan. Dalam menunaikan tugas seorang ASN, kadangkala beberapa keputusan sangat mudah untuk diputuskan, tetapi banyak pula yang begitu kompleks (Perka BKN, 2019). Pada proses pengambilan keputusan yang berkualitas sebetulnya tidak saja bersifat material, tetapi juga memiliki komponen kognitif dan emosi. Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa emosi memiliki pengaruh besar pada berbagai proses kognitif.

Deskripsi tentang Pengambilan Keputusan untuk ASN dalam Perka BKN 2019 adalah kemampuan membuat keputusan yang baik secara tepat waktu dan dengan keyakinan diri setelah mempertimbangkan prinsip kehati-hatian, dirumuskan secara sistematis dan seksama berdasarkan berbagai informasi, alternatif pemecahan masalah dan konsekuensinya, serta bertanggung jawab atas keputusan yang diambil (Pasaribu, 2022). Terdapat suatu tahapan ajeg dalam perbandingan kendali emosional-rasional terhadap pola berpikir. Semakin kuat disregulasi emosi, semakin dominan pikiran emosional dan semakin tidak efektif pikiran rasional. Kedua pikiran tersebut bekerja dalam keselarasan dan saling melengkapi (Burton, 2024). Emosi akan memberikan

masuk dan informasi kepada proses pikiran rasional dan pikiran rasional akan memperbaiki informasi tersebut dan memutuskan tindakan (Goleman, 2023).

Bagi orang yang mengalaminya, disregulasi emosi dapat menyebabkan kesulitan dalam kehidupan, termasuk masalah dengan hubungan interpersonal, prestasi di sekolah, dan ketidakmampuan untuk beraktivitas secara efektif dalam bekerja serta mengambil keputusan yang tepat (Fenisia, 2019). Emosi tercipta ketika otak menafsirkan apa yang terjadi di sekitar kita melalui ingatan, pikiran, dan keyakinan. Emosi memicu bagaimana kita merasa dan berperilaku. Dan karena itulah, semua keputusan yang diambil seseorang akan merujuk pada pengalaman emosionalnya (Sabrina, 2022). Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik melihat hubungan antara kecerdasan emosional dan pengambilan keputusan pada ASN. Peneliti memiliki asumsi disregulasi emosi dapat mempengaruhi keterampilan dalam pengambilan keputusan.

### **Keterampilan Pengambilan Keputusan**

Dalam penelitian ini mengacu pada kompetensi keterampilan pengambilan keputusan berdasarkan Peraturan Kepegawaian Negara tahun 2019 untuk ASN. Deskripsi dari kompetensi pengambilan keputusan tersebut adalah kemampuan membuat keputusan yang baik secara tepat waktu dan dengan keyakinan diri setelah mempertimbangkan prinsip kehati-hatian, dirumuskan secara sistematis dan seksama berdasarkan berbagai informasi, alternatif pemecahan masalah dan konsekuensinya, serta bertanggung jawab atas keputusan yang diambil (Perka BKN, 2019). Aspek Pengambilan Keputusan berdasarkan Perka BKN 2019 adalah mengumpulkan informasi untuk bertindak sesuai kewenangan; menganalisis masalah secara mendalam; membandingkan berbagai alternatif, menyeimbangkan risiko keberhasilan dalam implementasi; menyelesaikan masalah yang mengandung risiko tinggi, mengantisipasi dampak keputusan, membuat tindakan pengamanan; mitigasi resiko; menghasilkan solusi dan mengambil keputusan untuk mengatasi permasalahan jangka panjang/strategis, berdampak nasional.

### **Disregulasi Emosi**

Disregulasi emosi merupakan proses individu kesulitan untuk menyesuaikan keadaan emosi yang dirasakan dengan memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi

reaksi emosional sesuai dengan situasi yang sedang terjadi tetapi tidak relevan dengan situasi riilnya (Perwitasari, 2015). Pengukuran regulasi emosi dalam penelitian ini menggunakan *Difficulties in Regulation Scale* (DERS) oleh Gratz & Roemer (Gouveia: 2022) yang diadaptasi oleh peneliti berdasarkan ketidakmampuan menerima respon emosional (*nonacceptance*), kesulitan dalam mengarahkan perilaku pada tujuan (*goals*), kesulitan mengontrol perilaku impulsif (*impulsive*), kurang kesadaran emosional (*awareness*), keterbatasan dalam mengakses strategi regulasi (*strategies*), dan ketidakjelasan emosi (*clarity*). Hasil skala DERS yang mempunyai skor semakin tinggi menunjukkan bahwa semakin tingginya kemampuan regulasi emosi seseorang. Namun, skala ini mempunyai kelebihan yaitu dapat digunakan untuk mengukur kesukaran regulasi emosi secara komprehensif. Aspek dalam *difficulties in emotional regulation* adalah ketidakterimaan terhadap respon emosi (*nonacceptance*); kesukaran menjalankan perilaku sesuai tujuan yang diinginkan (*goals*); kesukaran mengontrol dorongan (*impulse*); kurangnya kesadaran emosi (*awareness*); keterbatasan dalam melakukan strategi pengaturan emosi (*strategies*); kurangnya kejelasan emosi (*clarity*).

## Metode

### Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif regresi yang bertujuan untuk melihat pengaruh kesulitan dalam proses regulasi emosi terhadap pengambilan keputusan pada ASN di Pemerintah Kabupaten Sumba Barat Daya. Pendekatan kuantitatif menekankan analisis data numerikal yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2017).

### Subjek Penelitian

Gambaran Indikator Kinerja Utama Pemerintah Kabupaten Sumba Barat daya banyak yang masih belum mencapai target yang telah ditetapkan berdasarkan laporan RPJMD 2022. Hal ini menjadi perhatian bagi Perangkat Daerah dan ASN penanggung jawab untuk mencari dan menemukan solusi terhadap kendala yang ditemukan dalam pelaksanaan program dan kegiatan, agar hasil pelaksanaannya ke depan dapat membawa manfaat dan dampak bagi masyarakat sebagai tolak ukur pencapaian kinerja

Pemerintah Kabupaten Sumba Barat Daya. Pemerintah Kabupaten Sumba Barat Daya memiliki Indikator Kinerja Utama (IKU) yang dimaksud adalah Pertumbuhan Ekonomi, Penduduk Miskin, Pengangguran Terbuka, SAKIP, LPPD, dan Stunting. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 201 ASN. Jumlah tersebut merupakan populasi yang semuanya dijadikan partisipan penelitian.

### **Instrumen Pengumpulan Data**

Pengukuran keterampilan pengambilan keputusan menggunakan *inventory* pengambilan keputusan yang diturunkan dari peraturan Badan Kepegawaian Negara 2019. Skala pengambilan keputusan ini terdiri dari 60 item pernyataan pilihan. Penyusunan aitem-aitem dalam skala pengambilan keputusan ini mengacu pada model skala Likert yang telah dimodifikasi, yaitu menghilangkan pilihan ragu-ragu sehingga subyek dapat menentukan jawaban secara pasti ke arah yang sesuai atau tidak sesuai dengan dirinya. Arikunto (2006) menyatakan skala dengan empat *alternative* pilihan jawaban lebih disarankan karena apabila terdapat lima *alternative* jawaban, responden cenderung memilih *alternative* yang ada di tengah, yang dirasa aman. Oleh karena itu, dalam penelitian ini pemberian skor bergerak dari 1 sampai 4. Dari keseluruhan aspek dilakukan penghitungan korelasi item total dan ditemukan nilai reliabilitas skala pengambilan keputusan sebesar  $\alpha = 0,880$ .

Pengukuran variabel kesulitan dalam proses regulasi emosi diukur menggunakan skala DERS. Kesukaran regulasi emosi dapat diukur menggunakan alat ukur (skala) yang terstandart oleh Hiltz dkk., (Sabrina, 2022). Pengukuran kesukaran regulasi emosi pada penelitian ini menggunakan skala yang diterjemahkan dan dimodifikasi dari *The Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) tersebut. Menurut Daly (2015) skala ini bertujuan untuk mengukur berbagai aspek dari kesukaran regulasi emosi yang disusun berdasarkan aspek-aspek ketidakterimaan terhadap respon emosi (*nonacceptance*), kesukaran menjalankan perilaku sesuai tujuan yang diinginkan (*goals*), kesukaran mengontrol dorongan (*impulse*), kurangnya kesadaran emosi (*awareness*), keterbatasan dalam melakukan strategi pengaturan emosi (*strategies*), kurangnya kejelasan emosi (*clarity*). Skala kesukaran regulasi emosi (DERS) terdiri dari 36 item. Setelah dilakukan pengukuran korelasi item total dari setiap aspeknya ditemukan 6 item ( $\alpha = 0,85$ ) aspek

*nonacceptance*, 5 item ( $\alpha = 0,89$ ) menunjukkan aspek *goals*, 6 item ( $\alpha = 0,86$ ) menunjukkan aspek *impulse*, 6 item ( $\alpha = 0,80$ ) menunjukkan aspek *awareness*, 8 item ( $\alpha = 0,88$ ) menunjukkan aspek *strategies*, dan 5 item ( $\alpha = 0,84$ ) menunjukkan aspek *clarity*. Korelasi item-total berada di kisaran  $r = 0,16$  sampai  $r = 0,69$  (Gouveia, 2022).

Selanjutnya, data yang sudah diperoleh kemudian dilakukan analisis dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana.

### Hasil

Hasil deskripsi dari 201 orang responden diperoleh 27 orang atau 13,4% memiliki disregulasi emosi pada tingkat tinggi, 117 orang atau 58,2% memiliki disregulasi emosi pada tingkat sedang, dan 57 orang atau 28,4% memiliki disregulasi emosi pada tingkat rendah.

**Tabel 1**

*Deskripsi Disregulasi Emosi*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	27	13.4	13.4	13.4
	Sedang	117	58.2	58.2	71.6
	Rendah	57	28.4	28.4	100.0
	Total	201	100.0	100.0	

Hasil deskripsi dari 201 orang responden diperoleh 32 orang atau 15,9% memiliki tingkat pengambilan keputusan pada tingkat tinggi, 135 orang atau 67,2% memiliki pengambilan keputusan pada tingkat sedang, dan 34 orang atau 16,9% memiliki keterampilan pengambilan keputusan pada tingkat rendah.

**Tabel 2**

*Deskripsi Pengambilan Keputusan*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	32	15.9	15.9	15.9
	Sedang	135	67.2	67.2	83.1
	Rendah	34	16.9	16.9	100.0
	Total	201	100.0	100.0	

**Tabel 3***Hasil Uji Normalitas*

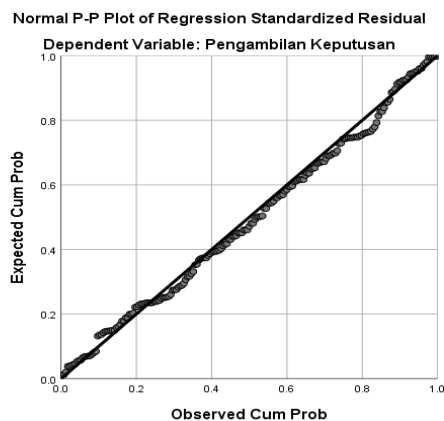
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Unstandardized Residual
N			201
Normal Parameters <sup>a,b</sup>			
Mean			0.0000000
Std. Deviation			6.01235265
Most Extreme Differences	Positive	Absolute	0.060
	Negative	Positive	0.060
		Negative	-0.037
Test Statistic			0.060
Asymp. Sig. (2-tailed)			0.079 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Hasil uji normalitas residual menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* diperoleh nilai signifikansi (sig) sebesar 0,079. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih dari 0,05 (sig > 0,05) artinya residual mengikuti distribusi normal dan asumsi normalitas terpenuhi.

**Gambar 1***Uji Normalitas dengan Menggunakan Grafik Normal P-P Plot*

Hasil uji normalitas residual menggunakan grafik Normal P-P Plot diperoleh titik-titik plot berhimpit dengan garis diagonal sehingga residual mengikuti distribusi normal dan asumsi normalitas terpenuhi.

**Tabel 4**

Hasil Uji Heteroskedastisitas

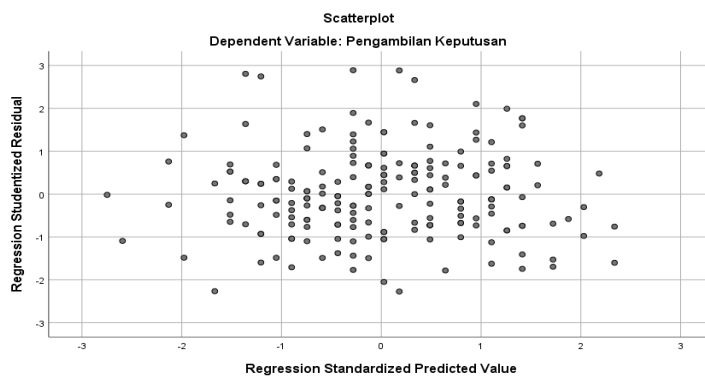
Glejser Test <sup>a</sup>			
	Model	t	Sig.
1	(Constant)	2.037	0.043
	Disregulasi Emosi	-0.958	0.339

a. Dependent Variable: Absolute Residual

Hasil uji heteroskedastisitas menggunakan uji *Glejser* diperoleh nilai signifikansi setiap variabel bebas lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) artinya tidak ditemukan masalah heteroskedastisitas dalam model sehingga asumsi heteroskedastisitas terpenuhi.

**Gambar 2**

Uji Heteroskedastisitas



Hasil uji heteroskedastisitas menggunakan grafik Scatter plot ZPRED dan SRESID diketahui titik-titik plot tersebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu sehingga asumsi heteroskedastisitas terpenuhi.

**Tabel 5**

Hasil Uji Linieritas

Linearity Test							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Pengambilan Keputusan * Disregulasi Emosi	Between Groups	(Combined) Linearity	2115.234	30	70.508	1.959	0.004
		Deviation from Linearity	1003.348	1	1003.348	27.881	0.000
			1111.886	29	38.341	1.065	0.385
	Within Groups		6117.791	170	35.987		
	Total		8233.025	200			

Hasil uji linieritas menggunakan uji *Deviation from Linearity* diperoleh nilai signifikansi (sig) sebesar 0,385. Hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansi lebih dari

0,05 ( $p > 0,05$ ) artinya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linier.

**Tabel 6***Hasil Regresi Linier Sederhana*

Model		Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	216.599	7.117		30.434	0.000
	Disregulasi Emosi	-0.345	0.066	-0.349	-5.255	0.000

a. Dependent Variable: Pengambilan Keputusan

Hasil persamaan regresi linier sederhana antara variabel disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan adalah  $Y = 216,599 - 0,345 X + e$ . Dari persamaan tersebut diketahui bahwa nilai konstanta (a) sebesar 216,599 menunjukkan tanpa adanya pengaruh dari disregulasi emosi maka dapat diprediksi nilai pengambilan keputusan sebesar 216,599. Selanjutnya, pengaruh disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan diperoleh koefisien regresi sebesar -0,345 dengan nilai t statistik sebesar 5,255 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan, artinya semakin tinggi disregulasi emosi akan berpengaruh signifikan terhadap semakin rendah pengambilan keputusan.

**Tabel 7***Hasil Uji Simultan*

Model		ANOVA <sup>a</sup>				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1003.348	1	1003.348	27.618	0.000 <sup>b</sup>
	Residual	7229.677	199	36.330		
	Total	8233.025	200			

a. Dependent Variable: Pengambilan Keputusan

b. Predictors: (Constant), Disregulasi Emosi

Hasil pengujian secara simultan dengan uji F didapatkan nilai F hitung sebesar 27,618 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Sebagai perbandingan diperoleh nilai F tabel pada derajat bebas 1 dan 199 pada alpha 5 persen sebesar 3,889. Hasil tersebut menunjukkan nilai F hitung lebih dari nilai F tabel ( $F_{hit} > F_{tabel}$ ) dan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $sig < 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan secara simultan.

Hasil koefisien determinasi didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,122 artinya bahwa besar pengaruh terhadap variabel pengambilan keputusan yang dijelaskan oleh variabel disregulasi emosi adalah sebesar 12,2 persen, sedangkan sisanya dijelaskan oleh faktor lain.

**Tabel 8**

*Hasil Koefisien Determinasi*

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.349 <sup>a</sup>	0.122	0.117	6.027

a. Predictors: (Constant), Disregulasi Emosi

b. Dependent Variable: Pengambilan Keputusan

**Diskusi**

Hasil analisis melalui regresi linier dalam penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan diperoleh koefisien regresi sebesar -0,345 dengan nilai t statistik sebesar 5,255 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan, artinya semakin tinggi disregulasi emosi akan berpengaruh terhadap semakin rendah pengambilan keputusan. Ketika seseorang mengalami disregulasi emosi, hal tersebut dapat berdampak secara kognitif. Disregulasi emosi dapat mengganggu fungsi kognitif seseorang, seperti kemampuan untuk berkonsentrasi, memproses informasi dengan baik, dan mengambil keputusan yang tepat. Gangguan emosi yang tidak terkendali juga dapat menyebabkan stres dan kecemasan, yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk berpikir jernih dan efektif. Oleh karena itu, penting untuk mengelola emosi dengan baik agar dapat mempertahankan fungsi kognitif yang optimal.

Disregulasi emosi dapat berdampak negatif pada kemampuan pengambilan keputusan seseorang. Ketika seseorang mengalami disregulasi emosi, mereka mungkin kesulitan untuk mengelola emosi mereka dengan baik, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk membuat keputusan yang rasional dan tepat. Hal ini dapat menyebabkan seorang aparatur sipil negara membuat keputusan impulsif atau tidak optimal. Ketika seorang aparatur sipil negara mengalami disregulasi emosi, hal tersebut dapat berdampak negatif pada kemampuan mereka dalam mengambil keputusan di tempat kerja. Disregulasi emosi dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi,

impulsivitas, dan kurangnya kontrol diri, yang semuanya dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk membuat keputusan yang rasional dan tepat (Ibraheim, 2017). Oleh karena itu, penting bagi seorang aparatur sipil negara untuk memiliki kemampuan mengontrol dan mengelola emosi dengan baik agar dapat bekerja secara efektif dan mengambil keputusan yang tepat demi kepentingan masyarakat

Menurut Susanto (2016) dalam kajian reformasi birokrasi, kepemimpinan dan kinerja pelayanan publik menyatakan bahwa kemampuan dalam mengelola emosi bisa memberi kontribusi dua kali lebih besar dibanding kemampuan kognisi seseorang untuk meraih kesuksesan di tempat kerja. Ia juga menyatakan ada 3 hal yang bisa digunakan untuk menjelaskan mengapa disregulasi emosi birokrat bisa mempengaruhi kinerja. Pertama, ketika terjadi disregulasi emosi diri, maka dapat menciptakan hubungan dan komunikasi yang kurang baik bahkan menyebabkan konflik. Wout dkk., (2010) mengungkapkan bahwa, ketika terjadi disregulasi emosi diri maka dapat menciptakan hubungan yang kurang baik bahkan menyebabkan konflik.

Dalam kondisi tertentu hubungan yang kurang harmonis tersebut akan menghasilkan sebuah konflik dan dismonejerial yang semuanya akan berdampak pada kepuasan bersama (Turner, 2021). Kedua, ketika disregulasi emosi seorang birokrat akan kesulitan mengontrol dan mengelola stress sehingga dampaknya sampai merugikan orang lain; contohnya ketika pekerjaan dan pelayanan menumpuk banyak namun masih bisa tersenyum sambil memberikan jawaban yang mengarahkan untuk masyarakat. Ketiga, ketika seorang birokrat dalam kondisi disregulasi emosi kurang mampu memenuhi tuntutan kebutuhan organisasi yakni bekerja cepat, tanggap, dan cekatan sekaligus memiliki penampilan yang ramah, santun, cerdas dalam menyikapi segala situasi.

### **Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh disregulasi emosi terhadap pengambilan keputusan. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan, artinya semakin tinggi disregulasi emosi akan berpengaruh terhadap semakin rendah pengambilan keputusan. Ketika seseorang mengalami disregulasi

emosi, hal tersebut dapat berdampak secara kognitif. Disregulasi emosi dapat mengganggu fungsi kognitif seseorang, seperti kemampuan untuk berkonsentrasi, memproses informasi dengan baik, dan mengambil keputusan yang tepat.

### Referensi

- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi (ed. 2)*. Pustaka Pelajar.
- Barusman, M. Y., Citra, A., Oktavianur, M., & Redaputri, A. (2020). Pengambilan Keputusan Penempatan Jabatan Struktural Aparatur Sipil Negara (ASN): Decision Making Structural Position Placement State Civil Aparature. *Jurnal Aplikasi Bisnis dan Manajemen (JABM)*, 6(3), 459. <https://doi.org/10.17358/jabm.6.3.459>
- Burton, N. (2024, 24 Juni). *What Are Basic Emotions?*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/hide-and-see/201601/what-are-basic-emotions>
- Daly, L. A., Haden, S. C., Hagins, M., Papouchis, N., & Ramirez, P. M. (2015). Yoga and Emotion Regulation in High School Students: A Randomized Controlled Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1, <https://doi.org/10.1155/2015/794928>
- Fenisia, E. (2019). Peran Regulasi Emosi Terhadap Kompetensi Pengambilan Keputusan Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi Pada Siswa SMA. *Prosiding : Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Pendidikan 2019 Menjadi Siswa yang Efektif di Era Revolusi Industri 4.0*. <https://fpsi.um.ac.id/peran-regulasi-emosi-terhadap-kompetensi-pengambilan-keputusan-memilih-jurusan-di-perguruan-tinggi-oleh-elok-fenisia/>
- Goleman, D. (2023). *Social Intelligence*. Gramedia Pustaka Utama.
- Gouveia, P., Ramos, C., Brito, J., Almeida, T. C., & Cardoso, J. (2022). The Difficulties in Emotion Regulation Scale – Short Form (DERS-SF): psychometric properties and invariance between genders. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35(11), 1- 10. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00214-2>
- Ibraheim, M., Kalpakci, A., & Sharp, C. (2017). The Specificity of Emotion Dysregulation in Adolescents with Borderline Personality Disorder: Comparison with Psychiatric and Healthy Controls. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4(1). <https://doi.org/10.1186/s40479-017-0052-x>
- \_\_\_\_\_. 2022. Laporan Kinerja Kabupaten Sumba Barat 2022. [https://www.bkn.go.id/unggah/2017/07/PKS\\_2016-Kabupaten-Sumba-Barat-Daya-dg-BKN.pdf](https://www.bkn.go.id/unggah/2017/07/PKS_2016-Kabupaten-Sumba-Barat-Daya-dg-BKN.pdf)

- \_\_\_\_\_. Perka BKN (2019). <https://www.bkn.go.id/unggah/2019/11/PERATURAN-BKN-NO.-26TAHUN-2019.pdf>
- Sabrina, V. A., & Afiatin, T. (2022). Peran Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) pada Remaja. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 9(2), 192-214. <https://doi.org/10.22146/gamajop.79558>
- Turner, J. R. (2021). Emotion Regulation During Decision Making on Projects. *Project Leadership and Society*, 2. <https://doi.org/10.1016/j.plas.2021.100035>
- Pasaribu, M. (2022). *UU HKPD: Re-Design Desentralisasi Fiskal*. <https://djpb.kemenkeu.go.id/portal/id/berita/lainnya/opini/3890-uuhkpd-re-design-desentralisasi-fiskal.html>
- Perwitasari, H. D. S. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Pengambilan Keputusan Pada Penerbang TNI AU. (Skripsi Sarjana, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta). <https://repository.usd.ac.id/417/>
- Susanto, H. (2016). Remunerasi dan Problem Reformasi Birokrasi Di Indonesia. *Publisia: Jurnal Ilmu Administrasi Publik*, 1(1). <https://doi.org/10.26905/pjiap.v1i1.427>
- Van't Wout, M., Chang, L. J., & Sanfey, A. G. (2010). The Influence of Emotion Regulation on Social Interactive decision-making. *Emotion (Washington, D. C.)*, 10(6), 815-821. <https://doi.org/10.1037/a0020069>