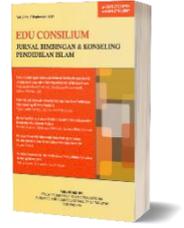




Vol. 4 No. 2 2023
DOI: <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9289>

Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
ISSN: 2548-4311 (*Print*) ISSN: 2503-3417 (*Online*)

<http://ejournal.iainmadura.ac.id/educons>



Bagaimana Dampak *Burnout* Pada Kinerja Konselor Ditinjau Dari Kode Etik Profesi?

Maya Ningrat¹, Nadia Aulia Nadhirah², Nandang Budiman³

¹Universitas Pendidikan Indonesia

²Universitas Pendidikan Indonesia

³Universitas Pendidikan Indonesia

*Corresponding author: email: mayaningrat20@upi.edu

Abstract

Keywords:

Burnout; Counselor
Performance;
Professional Code of
Ethics.

The profession of a counselor has responsibilities and job demands that require you to remain professional in carrying out your duties. The large number of work demands that must be carried out by the counselor is the cause of burnout so that it can have an impact on the counselor's performance. This study aims to identify the factors that cause burnout in counselors and the resulting impact seen from the counselor's performance when carrying out their duties. The method used in this study is a systematic literature review (SLR) by presenting some of the results of previous studies originating from journal articles on Google Scholar in order to obtain eight relevant previous studies. Based on eight previous studies, the research found that counselors are prone to experiencing burnout due to work demands related to different counselee problems and a lack of social support. Counselors who experience burnout are marked by feeling emotionally exhausted then experience a depersonalization stage and at the final stage are characterized by low self-esteem. This is not in accordance with the professional code of ethics regarding the principles of professionalism that must be possessed by counselors in carrying out their duties by respecting and providing the best service for counselees.

Abstrak:

Kata Kunci:

Burnout;
Kinerja Konselor;
Kode Etik Profesi.

Profesi sebagai seorang konselor memiliki tanggung jawab serta tuntutan pekerjaan yang mengharuskan untuk tetap selalu profesional dalam menjalankan tugasnya. Banyaknya tuntutan pekerjaan yang harus dilakukan oleh konselor menjadi penyebab terjadinya *burnout* sehingga dapat berdampak pada kinerja konselor. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab *burnout* pada konselor dan dampak yang ditimbulkan dilihat dari kinerja konselor pada saat menjalankan tugasnya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *systematic literatur review* (SLR) dengan menyajikan beberapa hasil penelitian terdahulu yang berasal dari artikel jurnal di Google Scholar sehingga diperoleh delapan penelitian terdahulu yang relevan. Berdasarkan dari hasil skrining 43 penelitian maka akhirnya diperoleh delapan penelitian terdahulu yang

menunjukkan bahwa konselor rentan mengalami *burnout* disebabkan adanya faktor tuntutan pekerjaan yang berkaitan dengan masalah-masalah konseli yang berbeda dan kurangnya dukungan social. Konselor yang mengalami *burnout* ditandai dengan merasakan kelelahan secara emosional kemudian mengalami tahap depersonalisasi dan pada tahap terakhir ditandai dengan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. Hal tersebut menjadi tidak sesuai dengan kode etik profesi mengenai prinsip profesionalitas yang harus dimiliki oleh konselor dalam menjalankan tugasnya dengan menghormati dan memberikan pelayanan terbaik bagi konseli.

Maya Ningrat, Nadia Aulia Nadhirah, Nandang Budiman. 2023. Bagaimana Dampak *Burnout* Pada Kinerja Konselor Ditinjau Dari Kode Etik Profesi. Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Vol. 4 No. 2, DOI: 10.19105/ec.v4i2.9289

Received: June 10, 2023; Revised: June 26, 2023; Accepted: August 22, 2023.



©Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Madura, Indonesia. Edu Consilium is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Pendahuluan

Konselor merupakan sebuah profesi yang lebih fokus pada hubungan serta interaksi antara individu dengan lingkungannya yang memiliki suatu tujuan untuk membina perkembangan diri dan mengurangi hambatan-hambatan dari lingkungan yang mengganggu keberlangsungan hidup individu (Habsy, 2017). Layanan yang diberikan oleh konselor memerlukan adanya prinsip profesionalitas dari kode etik profesi sebagai pedoman untuk menjalankan tugasnya dengan baik. Setiap individu terdapat kemungkinan bisa mengalami *burnout* yang terjadi karena adanya tekanan-tekanan dalam menjalankan kehidupannya terutama tekanan dalam melaksanakan pekerjaannya seperti kondisi lingkungan kerja yang kurang baik (Yandri & Juliawati, 2017). Profesi sebagai konselor perlu mendapatkan perhatian yang lebih karena memiliki tugas dan tanggung jawab yang melibatkan individu maupun kelompok dalam mengatasi permasalahan, meningkatkan keterampilan serta membantu individu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya. Konselor memiliki banyak tuntutan karena termasuk pada profesi yang melibatkan dari berbagai pihak baik itu secara internal maupun pihak secara eksternal. Seorang Konselor yang mengalami *burnout* pada pekerjaannya tetap memerlukan adanya sikap profesionalitas dengan konseli maupun rekan kerja karena apabila tidak dimiliki akan berpengaruh serta berdampak pada penurunan kinerja (Fariza dkk., 2022a).

Burnout tidak hanya akan berdampak pada kinerjanya ketika berhadapan dengan konseli namun akan berdampak pada lingkungan sosial tempat konselor bekerja sehingga perlu dilandasi dengan kode etik profesi yang perlu diimplikasikan pada saat melaksanakan tugasnya sebagai konselor. Konselor menurut (Winkel, W.S., & Hastuti, 2004) adalah pekerja profesional yang sudah memiliki pengetahuan khusus yang di peroleh dari perguruan tinggi yang sudah ahli dalam bidang pelayanan bimbingan dan konseling. *Burnout* menurut (Khairani & Ifdil, 2015) adalah suatu kondisi seseorang merasakan kelelahan serta jenuh secara fisik maupun emosional yang disebabkan karena intensitas pekerjaan yang terlalu kaku dan keras. Kondisi tersebut terjadi karena dengan adanya rasa lelah secara emosional, secara fisik dan secara mental yang merupakan penyebab *burnout* dari keadaan tempat kerja yang keras, cenderung kaku serta banyaknya tuntutan. Setiap profesi termasuk konselor harus menyadari bahwa pekerjaan yang dilakukannya berhubungan erat melalui etika yang menjunjung tinggi norma, nilai dan kewajiban (Harahap dkk., 2022). Konselor dalam menjalankan tugasnya perlu memahami kode etik profesi sebagai suatu hal yang tidak dapat terpisah dalam melaksanakan tanggungjawabnya sesuai dengan pedoman (Rahardjo, 2017).

Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) membahas mengenai kode etik dari profesi bimbingan konseling berkaitan dengan moral serta nilai untuk dijadikan sebagai bahan rujukan dalam menjalankan pekerjaan yang bertanggungjawab, dijunjung tinggi, diamankan serta diamankan. Kode etik profesi ini akan selalu digunakan oleh konselor sebagai salah satu rujukan yang mengatur profesi bimbingan dan konseling. Isi dari kode etik profesi sangat lengkap tetapi dalam penelitian ini hanya akan lebih terfokus pada salah satu materi mengenai kegiatan profesional yang harus dilakukan oleh konselor pada pelaksanaan pelayanan dan hubungan antara konselor dengan konseli. Konselor tidak akan lepas dari nilai-nilai serta etika yang memang dijadikan sebagai acuan dalam melaksanakan bimbingan maupun konseling dengan arah dan tujuan yang jelas (Marjo & Sodik, 2022). Penelitian ini akan melihat dampak *burnout* konselor pada kinerja yang dilihat dari kode etik profesi yaitu tanggungjawab profesional konselor dalam melakukan performa dan standar layanan profesi yang terbaik. *Burnout* dapat dirasakan melalui rasa kelelahan secara emosional, mental dan fisik yang terus menerus dirasakan persoalannya dan tidak mudah untuk diselesaikan (Elaman, 2010).

Konselor yang mengalami *burnout* secara perlahan-lahan semangat kerja yang dimilikinya akan terkikis karena disebabkan oleh stress yang kronis pada saat melaksanakan pekerjaannya seperti terlalu banyaknya tekanan yang diterima, konflik yang dirasakan, tuntutan yang harus dipenuhi dan kurangnya penghargaan terhadap emosi serta pengakuan kesuksesan yang telah di gapai. *Burnout* terdapat karakteristik yaitu kelelahan emosional (Ekawanti & Mulyana, 2016) depersonalisasi (Tameon, 2019) dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (Harnany & Putra, 2021). Pendapat dari Edelwich dan Brodsky's model menyatakan tahapan dari *burnout* yaitu (1) Dedikasi dan antusiasme yaitu melakukan pekerjaan dengan penuh semangat serta memiliki harapan pekerjaannya dapat bermanfaat bagi orang lain (Cholilah dkk., 2018). (2) Marah dan frustrasi yaitu merasa kesulitan dengan banyaknya masalah ketika melaksanakan pekerjaan. (3) Perasaan tidak berarti yaitu konselor merasakan bahwa usaha yang selama ini dikerjakan merasa tidak berarti bagi orang lain. (4) Mengalami kerentanan gangguan kognitif, fisik dan emosi yaitu konselor sudah merasakan gangguan secara fisik yang ditandai sakit kepala, perut, punggung. Secara emosional ditandai dengan mudah mengalami kesal, sering tidak hadir dalam bekerja, munculnya pemikiran ingin berhenti kerja (Indriyani dkk., 2007). (5) Hilangnya kepedulian dan merasa kekosongan yaitu dirasakan oleh konselor dengan menganggap pekerjaan tidak memiliki arti serta hanyalah upah yang dapat memberikan motivasi untuk tetap melakukan pekerjaan tersebut (Septianisa & Caninsti, 2018).

Metode

Penelitian dengan menggunakan *Systematic Literature Review* menurut *European Journal of Information Systems* (Priharsari, 2022) merupakan studi yang melakukan sintesis pada pengetahuan terdahulu dari peneliti lain dengan mencakup domain pengetahuan yang menunjukkan perbedaan, hal-hal yang menarik dari penelitian, serta gap dari berbagai perspektif penelitian terdahulu yang dilanjutkan dengan menunjukkan arahan untuk penelitian kedepannya. Secara umum metode *Systematic Literature Review* memiliki tujuan untuk membuat *framework* atau kerangka, mempelajari hasil penelitian terdahulu secara kritis, menjelaskan hasil dari penelitian-penelitian terdahulu dan mengklasifikasikan perbedaannya. Data yang ditemukan pada penelitian ini berupa jurnal, artikel, tesis atau

skripsi yang ditemukan relevan dengan permasalahan *burnout* dengan kata kunci pencarian yaitu *burnout* pada konselor dan kode etik profesi ABKIN pada rentang waktu penelitian 10 tahun terakhir. Tujuan penelitian ini dengan menggunakan *Systematic Literatur Review* adalah untuk diidentifikasi kemudian dikaji dan evaluasi semua penelitian yang ditemukan akan ditafsirkan berdasarkan topik (Triandini dkk., 2019). Berdasarkan data dari hasil penelitian sebelumnya terdapat jurnal, artikel atau skripsi yang ditemukan relevan dengan permasalahan *burnout* dengan subjek penelitiannya adalah konselor.

Hasil

Berdasarkan hasil pencarian literatur yang di dapatkan oleh peneliti dari beragam hasil penelitian-penelitian yang relevan dengan pembahasan terkait dampak dan faktor penyebab terjadinya *burnout* yang dialami oleh konselor. Hasil penelitian kemudian akan diringkas dalam tabel berikut ini.

Tabel 1 Hasil Pencarian Penelitian

No	Penulis	Judul	Tahun	Hasil Penelitian
1	Riski Diah Purwani	<i>Burnout</i> pada guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan layanan responsif	2017	Penelitian di SMPN Kota Tangerang dengan 30 responden menunjukkan sebesar 66,7% pada tingkat sedang, 20% pada tingkat tinggi dan 13,3% pada tingkat rendah. Faktor penyebab <i>burnout</i> yang dialami karena adanya keterlibatan emosional yang mendalam, tidak adanya dukungan dari rekan maupun atasan yang terlibat. Dampak <i>burnout</i> dapat dilihat dari tiga dimensi yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan keinginan pencapaian berprestasi.

2	Dina Fariza Tryani	Pelatihan <i>Self-Healing</i> untuk mengurangi <i>burnout</i> konselor sekolah	2022	Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada konselor di Kalimantan Tengah yang menunjukan sebanyak 45% konselor mengalami <i>burnout</i> yang ditunjukan dengan adanya penurunan kinerja. Faktor penyebab <i>burnout</i> terjadi karena adanya tekanan pekerjaan dan perubahan organisasi. Dampak yang terjadi pada konselor yaitu mengalami kelelahan emosional, depersonalisasi dan kurangnya prestasi pribadi.
3	Ihsan Suwanto dan Slamet Fitriyani	<i>Burnout</i> guru bk di Kota Singkawang	2019	Penelitian kepada konselor di Kota Singkawang pada tingkay SMP dan SMA dengan jumlah responden 66 orang menunjukan mengalami <i>burnout</i> yang disebabkan oleh faktor tuntutan pekerjaan serta tanggungjawab profesi sehingga berdampak pada kinerja konselor menjadi <i>cynicism</i> , <i>exhaustion</i> dan <i>professional efficacy</i> .
4	Suci Habibah	Kondisi <i>burnout</i> pada guru bk/konselor di sekolah menengah atas negeri Kota Pekanbaru dan impliksinya bagi peran kepala sekolah	2019	Penelitian yang dilakukan di SMAN se-Kota Pekanbaru dengan jumlah responden 52 orang menunjukan sebesar 53,83% mengalami <i>burnout</i> sehingga berdampak pada proses kinerja. Penyebab terjadinya <i>burnout</i> pada konselor adalah karena tuntutan pekerjaan yang pada akhirnya mengakibatkan konselor merasa kelelahan, sinisme dan ketidakefektifan.

-
- | | | | | |
|-------|---|---|------|---|
| 5 | Rita Susanti, Riswanti dan Nurhasanah Bakhtiar | Kejuhan di kalangan guru bimbingan dan konseling di SMAN Provinsi Riau | 2018 | Penelitian yang dilakukan pada tiga sekolah Kota Kabupaten Provinsi Riau menunjukkan adanya dampak <i>burnout</i> pada kinerja yang ditunjukkan dengan mengalami kelelahan secara emosional, depersonifikasi dan penurunan prestasi. Dampak <i>burnout</i> tersebut disebabkan karena adanya beban kerja yang terlalu berat, kesulitan dalam memberikan layanan kepada siswa, perubahan kurikulum, kurangnya dukungan sosial, lingkungan serta fasilitas sekolah yang kurang memadai. |
| <hr/> | | | | |
| 6 | Trias Ristian, Eka Wahyuni dan Gantina Komalasari | Gambaran <i>professional quality of life</i> guru bimbingan dan konseling | 2021 | Penelitian yang dilakukan selama 10 hari dengan melibatkan 93 responden untuk wilayah Jabodetabek dan 30 responden untuk wilayah non-Jabodetabek sehingga keseluruhan jumlah responden pada penelitian adalah 123 responden. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 78 orang atau 63,4% memiliki tingkat <i>burnout</i> kategori rendah dan 45 orang atau 36.6% dalam kategori sedang. Faktor penyebab terjadinya <i>burnout</i> pada responden penelitian ini adalah kelelahan dalam beban pekerjaan yang dilaksanakan sehingga berdampak pada responden yang mengalami putus asa, kesulitan dalam melaksanakan pekerjaannya, timbulnya amarah, mengalami frustrasi bahkan depresi. |
-

7	Darrly Herdianto Ramadhan dan Dr. Wahyuni, MAAPD.	Hubungan antara <i>self-care</i> dan <i>professional quality of life</i> pada guru bimbingan dan konseling di DKI Jakarta	2022	Penelitian yang dilakukan pada guru bimbingan dan konseling di DKI Jakarta dengan jumlah sampel sebanyak 185 orang. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 29 orang dengan presentase 16% mengalami <i>burnout</i> pada kategori sedang sedangkan 156 orang dengan presentase 84% termasuk pada kategori rendah. Penyebab <i>burnout</i> pada penelitian ini terjadi pada responden yang mempunyai pengalaman bekerja tidak terlalu lama serta dari banyaknya tuntutan pekerjaan dalam pemberian layanan.
8				Penelitian yang dilaksanakan di SMK Wilayah II Jakarta Timur dengan menggunakan metode penelitian deskriptif melalui survei. Jumlah responden sebanyak 60 orang dari 44 SMK menunjukkan bahwa responden yang mengalami <i>burnout</i> sebanyak 15 orang dengan presentase 25 %. Faktor penyebab dari <i>burnout</i> dikarenakan tugas serta tanggungjawab yang besar tetapi tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.

Hasil Pencarian Penelitian (Ningrat dkk., 2023)

Hasil temuan pertama penelitian dari (Purwani, 2016) dengan menggunakan metode penelitian deskriptif melalui survei 30 orang pada seorang konselor SMP Negeri Wilayah Kota Tangerang yang berasal dari 14 sekolah yang berbeda-beda. Hasil penelitian 20 responden dengan jumlah presentase 66,7% menunjukkan bahwa konselor yang mengalami *burnout* tingkat sedang ketika melakukan layanan secara responsif akibat kelelahan secara emosional yang ditandai dengan mengalami kecewa, merasa jengkel, mudah tersinggung dan perasaan tertekan. Mengalami depersonalisasi yang ditandai dengan sikap menghindar, kurang peduli dan bersikap negatif terhadap siswa. Penurunan keinginan dalam pencapaian prestasi diri ditandai dengan kurang memiliki semangat serta antusiasme. Layanan responsif diberikan oleh konselor dengan beragamnya kasus serta permasalahan siswa yang menguras tenaga serta terlibatnya emosi yang dalam. *Burnout* sedang menunjukkan bahwa

konselor masih mampu untuk mengendalikan diri terhadap situasi dengan baik dibuktikan dengan hasil presentase indikator *burnout* menunjukkan ketidakseimbangan jumlah presentase pada indikator sehingga masih pada tingkat rendah dan belum mencapai tingkat tinggi.

Temuan kedua berasal dari 6 responden dengan presentase 20% tingkat *burnout* yang tinggi dan perolehan data terakhir dari 4 responden dengan presentase sebanyak 13,3% yang menunjukkan konselor tersebut tidak mengalami *burnout* sama sekali. Faktor penyebab *burnout* pada konselor disebabkan oleh lingkungan kerja yang kurang mendapatkan dukungan dari pihak atasan serta pihak lain yang ikut terlibat. Dukungan yang kurang dari rekan kerja ini menyebabkan rasa antusias untuk membantu siswa menurun, apatis terhadap pekerjaannya dan mudah menyerah. *Burnout* pada konselor berdasarkan dimensi menunjukkan merasakan depersonalisasi 25,69%, kelelahan emosional mencapai presentase 38,22% dan presentase 36,09% untuk penurunan Hasrat pencapaian prestasi diri. Kelelahan emosional berdampak pada kinerja konselor dalam melaksanakan pekerjaannya yang ditandai dengan perasaan yang berlebihan, merasa kelelahan dan kehabisan energi. Depersonalisasi yang dialami oleh konselor ditandai dengan pendekatan tidak berperasaan, adanya jarak dengan penerima layanan dan mengurangi interaksi. Terkadang konselor dalam menjalankan tugasnya sering memberikan penilaian buruk terhadap siswa, kurang dalam memahami perasaan siswa, bersikap sinis dan bersikap tak acuh. Penurunan Hasrat pencapaian prestasi diri yang dirasakan oleh konselor ditandai dengan penurunan perasaan atau keinginan untuk sukses, semangat kerja yang menurun dilihat dari tidak bergairah serta bosan dalam mengemban tugasnya sehingga masalah siswa menjadi tidak terselesaikan, produktivitas serta rendahnya kemampuan diri, konselor dalam mengatasi masalah menjadi tidak mampu, jadwal kunjungan ke rumah siswa yang diabaikan.

Hasil temuan kedua dari (Fariza et al., 2022a) mengaitkan *burnout* dengan pelatihan *self healing* yang di lakukan selama dalam waktu dua hari pada tanggal 9- 10 Oktober 2021 dengan 20 orang konselor. Peneliti melakukan sesi wawancara bersama konselor di sejumlah sekolah Kalimantan Tengah yang menunjukkan bahwa konselor mengalami *burnout* dengan presentase 45% sehingga menimbulkan dampak penurunan kinerja terutama dalam memberikan pelayanan yang ditandai dengan ketidakhadiran konselor dan penurunan kreativitas konselor dalam mengembangkan strategi layanan BK. Pelatihan untuk konselor berupa *self healing* yang dilakukan melalui *zoom meeting* dengan memberikan sejumlah pematerian mengenai *burnout* dan *self healing*. Hasil dari pelatihan tersebut dari 20 peserta yang mengikuti kegiatan menunjukkan penurunan yang signifikan pada konselor yang mengalami *burnout*.

Temuan penelitian ketiga dari (Suwanto & Fitriyadi, 2019) dengan *descriptive survey* pada konselor se-Kota Singkawang dari tingkat SMP dan tingkat SMA sederajat dengan jumlah responden 66 orang. Berdasarkan hasil penelitian 1 orang konselor mengalami *burnout* tinggi, kategori rendah 19 orang dan sangat rendah dengan 46 orang responden. Penelitian ini dilakukan pada tingkat SMP dan SMA yang menunjukkan hasil bahwa konselor di SMA menunjukkan presentase 22,33% dan konselor SMP 19,11% maka dapat disimpulkan bahwa konselor SMA terdapat tingkat *burnout* lebih besar daripada SMP. Konselor Kota Singkawang pada aspek *cynicism* sebesar 13,12%, *exhaustion* sebesar 35,64%, dan *professional efficacy* sebesar 51,24%. Berdasarkan hasil tersebut dampak *burnout* yaitu terjadinya kelelahan selama menjalankan tugasnya dan bersikap sinis terhadap siswa maupun orang lain yang terlibat.

Temuan keempat hasil penelitian dari (Habibah, 2019) berdasarkan penelitian rata-rata kondisi *burnout* berada pada presentase 35,83%. Dampak yang terjadi akibat dari

burnout konselor pada *exhaustion* yaitu konselor merasa tidak dapat bersantai pada saat bekerja, merasa lelah secara fisik serta emosional dan perasaan tidak berdaya. *Cynicism* atau sinisme ditandai dengan konselor menunjukkan tidak profesionalnya dalam bekerja yang dibuktikan melalui sikap dingin serta memberikan suatu jarak pada pekerjaan serta kepada orang yang ada di sekitarnya, sikap yang tidak peduli, merasa terperangkap, mudah merasa marah pada ketika kerja dan cepat tersinggung. *Ineffectiveness* atau ketidakefektifan pada kinerja konselor ditandai dengan memandang buruk orang lain serta pekerjaan, dalam melaksanakan pekerjaan merasakan ketidakmampuan, menganggap mudah ketika ingin mencapai suatu hal yang ingin dicapai dan kepercayaan diri yang kurang.

Temuan kelima dari penelitian (Susanti & Bakhtiar, 2018) yang menggunakan metode kualitatif yang berlokasi di SMAN Provinsi Riau pada 3 wilayah yaitu kota Kampar, Pekanbaru dan Kuansing yang memiliki konselor terbanyak daripada kabupaten lain. Berdasarkan penelitian sama halnya dengan empat penelitian sebelumnya bahwa dampak *burnout* pada konselor dapat dilihat pada tiga aspek yang sama seperti penelitian sebelumnya. Aspek pertama emosional yang mengalami kelelahan selama melakukan pekerjaan sebagai konselor dimana dengan berbagai permasalahan siswa yang berbeda-beda konselor sering terlarut dalam tekanan emosional masalah siswa. Aspek kedua depersonalisasi dimana dampak *burnout* pada aspek ini seorang konselor menjadi tidak peduli dengan kondisi atau masalah yang dialami oleh siswa. Terjadinya ketidakpedulian terhadap penilaian sekolah terhadap konselor dan cenderung menyalahkan siswa jika mereka membuat kesalahan yang merupakan bukan hal yang pantas untuk dilakukan sebagai seorang konselor. Aspek ketiga penurunan prestasi merupakan lanjutan dari aspek kelelahan emosional dan depersonifikasi, aspek ini ditandai dengan tidak adanya keinginan konselor dalam meningkatkan kompetensi diri baik dari pendidikan formal maupun nonformal. Faktor penyebab *burnout* pada konselor di SMAN Provinsi Riau berdasarkan hasil wawancara yaitu adanya beban kerja yang terlalu berlebihan, sistem sekolah gratis yang berdampak negative bagi menurunnya motivasi siswa, perubahan kurikulum, dukungan sosial yang kurang, lingkungan serta fasilitas sekolah yang kurang memadai, dan *coping* konselor dalam menurunkan *burnout*.

Temuan keenam dari penelitian (Ristian et al., 2021) yang menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan jenis penelitiannya melalui survei *Google Form* yang melibatkan responden guru bimbingan dan konseling di wilayah Jabodetabek dan non-Jabodetabek sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan *Insidental Sampling* dengan cara penyebarluasan melalui *Group WhatsApp*. Responden pada penelitian terdapat 123 orang yang terdiri dari 24 orang laki-laki dan 99 orang perempuan dari berbagai latar belakang pendidikan yang berbeda serta kurun waktu lamanya bekerja. Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan terdapat 78 orang atau 63,4% responden yang mengalami *burnout* pada kategori yang rendah yang menandakan bahwa konselor dapat masih mampu untuk melakukan pekerjaannya dengan perasaan yang positif. Sedangkan 45 orang atau 36,6% responden menunjukkan kategori sedang akan ada kemungkinan berdampak pada profesionalitas kinerja konselor seperti adanya keputusaan, kesulitan untuk melaksanakan pekerjaannya, merasa frustrasi, amarah yang akan sering timbul dan mengalami depresi.

Temuan ketujuh dari penelitian (Ramadhan & Dr. Eka Wahyuni, 2022) dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif serta metode korelasional yang melibatkan guru bimbingan dan konseling SMP, SMA dan SMK di DKI Jakarta sebanyak 185 orang. Responden terbagi menjadi dua kategori yaitu laki-laki sebanyak 34 orang sedangkan perempuan sebanyak 151 orang. Karakteristik dari 185 orang responden berbeda-beda dari Pendidikan terakhirnya, tempat mengajar, pengalaman dalam mengajar, jumlah kelas yang

diampu, serta durasi pemberian layanan konseling selama perminggu. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 29 orang responden dengan presentase 16% mengalami *burnout* pada kategori sedang sedangkan sebanyak 156 orang responden dengan presentase 84% termasuk pada kategori *burnout* rendah. Responden yang mengalami *burnout* pada kategori yang rendah masih memiliki kemampuan bekerja yang efektif serta adanya perasaan positif. Penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang mengalami *burnout* terjadi karena memiliki pengalaman mengajar yang masih baru <1 tahun dengan skor rata-rata 25,2. Semakin lama pengalaman kerja seorang konselor maka tingkat *burnout* yang akan dialami akan semakin rendah.

Temuan kedelapan (Cindy May, 2017) yang dilaksanakan di SMK Negeri dan Swasta wilayah II Jakarta Timur pada bulan Januari 2016 sampai dengan Januari 2017 yang menggunakan metode deskriptif melalui survei pada 60 orang dari 44 SMK yang berbeda-beda. Responden yang mengalami *burnout* sebanyak 15 orang dengan presentase 25% yang cenderung akan membuat kesalahan dalam melaksanakan profesinya seperti hilangnya rasa tolong menolong, kasih sayang, hilangnya sikap ramah Tamah, simpati, dan empati kepada konseli. Konselor yang mengalami *burnout* akan meningkatkan resiko ketidakhadiran serta mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis. Berdasarkan dari penelitian dijelaskan bahwa konselor yang mengalami *burnout* akan cenderung dalam penggunaan Emotion Focused Coping karena konselor akan lebih melibatkan pikiran dan tindakan yang ditunjukkan untuk mengatasi tekanan akibat beban kerja seperti pelepasan emosional, menarik diri dan meregulasi.

Pembahasan

Berdasarkan dari delapan hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa konselor yang mengalami *burnout* akan berdampak pada kinerjanya yang menurun dan menjadi tidak profesional dalam melaksanakan tugasnya sebagai seorang konselor. Profesionalitas konselor disini menjadi buruk yang ditandai dengan mengacuhkan konseli, tidak menghargai konseli dan konselor bahkan tidak memenuhi tugasnya untuk melaksanakan pelayanan. Hal ini menjadi berbanding terbalik dengan prinsip profesionalitas menurut kode etik profesi ABKIN yaitu konselor harus mampu untuk menghargai setiap individu, memperlakukannya dengan hormat, dan setiap individu berhak untuk mendapatkan pelayanan dari konselor baik itu bimbingan maupun secara konseling, Sikap profesionalitas konselor yang menurun tersebut harus ditingkatkan kembali terutama pada kompetensi professional yaitu untuk memiliki kesadaran dalam berkomitmen terhadap etika konselor yang professional. Menurut pendapat dari Maslach dan Jackson (dalam Palupi & Pandjaitan, 2022) *burnout* terbagi menjadi 4 komponen yaitu jenis pekerjaan, dukungan pekerjaan, karakteristik dari pekerjaan dan organisasi pekerjaan. Permendiknas No 27 Tahun 2008 (dalam Sari & Aryansah, 2020) menjelaskan bahwa konselor dalam sistem pendidikan nasional adalah salah satu kualifikasi pendidik yang kedudukannya sejajar dengan guru, dosen, pamong belajar, fasilitator, seorang tutor, widyaiswara dan instruktur.

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan *burnout* pada seorang konselor menurut (Ani, 2014) terdiri dari lima faktor: (1) Fasilitas kerja yaitu dalam suatu pekerjaan apabila fasilitas kerja baik maka akan meningkatkan produktivitas kerja yang pada nantinya akan memunculkan rasa nyaman seorang pekerja. (2) Karakteristik konseli yaitu ketika konselor menghadapi berbagai permasalahan konseli yang berbeda-beda dapat mempengaruhi kondisi emosionalnya. (3) Konflik antar karyawan yaitu konselor dalam menjalankan tugasnya akan melibatkan wali kelas, orang tua dan guru mata pelajaran. Apabila dalam menjalankan tugasnya terdapat salah satu pihak yang tidak dapat bekerjasama dengan baik bersama konselor. (4) Lingkungan kerja yaitu apabila lingkungan kerja dapat mendukung

kinerja konselor banyaknya tuntutan pekerjaan yang dialami pun dapat terselesaikan dengan baik. (5) Keterlibatan emosional dengan konseli yaitu konselor dalam menjalankan perannya diharuskan untuk memiliki rasa empati yang tinggi sehingga dapat terjadinya hubungan yang melibatkan emosional secara mendalam. Faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya *burnout* yaitu jenis kelamin (Muna, 2020), usia (Meilina et al., 2022), kepribadian (Christiana, 2020), tingkat Pendidikan (Avionela & Fauziah, 2017), status perkawinan (Fatmawati, 2017).

Dampak *burnout* tidak hanya mempengaruhi proses pelayanan bagi konseli tetapi jugaberdampak pada kinerja dengan sesama konselor atau pihak sekolah yang ditandai dengan berpandangan negatif terhadap orang lain dan mudah merasa kesal serta tersinggung. Hal tersebut dapat menjadikan suasana dalam bekerja menjadi tidak nyaman baik itu untuk konselor sendiri maupun untuk orang lain maka konselor perlu meningkatkan kompetensi kepribadiannya yaitu salah satunya dengan menunjukkan integritas serta stabilitas kepribadian yang kuat supaya konselor mampu untuk meregulasi emosi sehingga tidak akan mudah kesal, marah dan tersinggung oleh orang lain. Konselor dalam menjalankan pekerjaannya akan ada banyak orang yang terlibat sehingga menimbulkan adanya tekanan apabila pihak yang bersangkutan tidak bisa diajak untuk bekerja sama dalam melakukan proses layanan. Kompetensi sosial konselor perlu untuk ditingkatkan dalam memberikan pelayanan yang melibatkan banyak orang karena berdasarkan kode etik profesi ABKIN konselor harus mampu untuk berkolaborasi terutama pada internal tempat konselor bekerja.

Berdasarkan kode etik profesi ABKIN sudah dijelaskan bahwa konselor dituntut untuk melakukan pekerjaannya secara professional terutama pada hubungan antara konselor dengan konseli yang mengharuskan konselor untuk mengedepankan kepentingan konseli di atas kepentingan dari konselor. Memberikan pelayanan merupakan kewajiban konselor kepada siapapun yang membutuhkan, konselor melaksanakan tugasnya secara tuntas, dan memperhatikan konseli merupakan kewajiban konselor ketika melakukan pelayanan. Konselor yang menagalami *burnout* berdampak pada kinerjanya termasuk pada saat memberikan layanan kepada konseli maka diperlukannya strategi untuk mengetahui tingkat *burnout* dari konselor dan cara penanganannya (Fariza dkk., 2022b). Solusi yang diberikan menurut pendapat dari (Gladding, 2012) bagi seorang konselor untuk mengurangi serta menghindari *burnout* yaitu hubungan yang dijalin secara sehat jasmani dan rohani dengan individu, melakukan kerja sama dengan rekan kerja serta organisasi dengan misi yang jelas, komitmen tinggi, memanfaatkan beberapa teori konseling, mencoba latihan untuk mengurangi stres, merubah hal yang menimbulkan stres dilingkungan sekitar menjadi lebih positif, lakukan penilaian terhadap diri sendiri dengan melihat hal yang menimbulkan stres dan yang menjadikan dirimu tenang, memeriksa kemudian mengurutkan secara berkala mengenai pneranan, tuntutan dan keyakinan konseling, mengikuti terapi personal, lebih menyediakan waktu luang untuk diri sendiri, menjaga sikap serta jarak ketika sedang bekerja dengan konseli dan mempertahankan sikap berpengharapan.

Kesimpulan

Dampak dari konselor yang mengalami *burnout* berdasarkan dari hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pada kinerja konselor mengalami penurunan sehingga menjadi tidak profesional. Faktor penyebab *burnout* pada konselor beragam dapat terjadi karena faktor secara internal maupun eksternal, kedelapan penelitian menunjukkan adanya kesamaan dari faktor penyebab *burnout* sampai dengan dampaknya bagi konselor. Delapan penelitian terdahulu belum menunjukkan secara lebih spesifik cara penanganan untuk konselor dalam menurunkan tingkat *burnout*, tetapi terdapat satu penelitian yang

membahas mengenai penanganan *burnout* konselor melalui *self-healing*. Penelitian mengenai dampak *burnout* pada konselor masih belum banyak diteliti sehingga literatur yang ditemukan hanya terdapat delapan penelitian yang relevan dan beberapa penelitian mengenai konsep *burnout*. Berbeda dengan stres bahwa *burnout* cenderung tidak mudah untuk diatasi dan biasanya akan berlangsung cukup lama maka dalam penelitian selanjutnya disarankan perlu membahas mengenai cara penanganan yang efektif untuk konselor yang mengalami *burnout*.

Referensi

- Ani, A. (2014). UPAYA PREVENTIF GURU BIMBINGAN. *Jurnal Hisbah*, 11(1).
- Avionela, F., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Burnout Pada Guru Bersertifikasi Di Sma Negeri Kecamatan Bojonegoro. *Jurnal EMPATI*, 5(4), 687–693. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15440>
- Cholilah, I. R., Djalali, H. M. A., & Rini, A. P. (2018). Pengaruh pelatihan manajemen relaksasi terhadap penurunan burnout pada perawat Rumah Sakit Daerah Kalisat Jember. *Seminar Nasional Dan Call for Paper: "Community Psychology,"* 1, 82–107.
- Christiana, E. (2020). Burnout Akademik Selama Pandemi Covid 19. *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 0(0), 8–15. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/74>
- Cindy May. (2017). GAMBARAN COPING STRESS BERDASARKAN TINGKAT STRESS KERJA PADA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (Studi Deskriptif di Sekolah Menengah Kejuruan Wilayah II Jakarta Timur). In *BMC Public Health* (Vol. 5, Issue 1). <https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/siklus/article/view/298%0Ahttp://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jana.2015.10.005%0Ahttp://www.biomedcentral.com/1471-2458/12/58%0Ahttp://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&P>
- Ekawanti, S., & Mulyana, O. P. (2016). Regulasi Diri dengan Burnout pada Guru. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 6(2), 113. <https://doi.org/10.26740/jpvt.v6n2.p113-118>
- Elaman, G. E. (2010). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Burnout Guru Bimbingan dan Konseling di Ambon. *Jurnal Psikologu Iniversitas Persada Indonesia*, 1(1).
- Fariza, D., Syarif, T., & Fatchurahman, M. (2022a). Pelatihan Self healing Untuk Mengurangi Burnout Konselor Sekolah. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(1), 178–188.
- Fariza, D., Syarif, T., & Fatchurahman, M. (2022b). PENGEMBANGAN SKALA BURNOUT KONSELOR DI KALIMANTAN TENGAH COUNSELOR BURNOUT SCALE DEVELOPMENT IN CENTRAL KALIMANTAN. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8, 1–10.
- Fatmawati, R. (2017). Burnout pustakawan : Faktor-faktor dan dampak. *Jurnal Perpustakaan, Arsip Dan Dokumen*, 9(1), 103–114.
- Gladding, S. T. (2012). Konseling profesi yang menyeluruh. *Indeks*.
- Habibah, S. (2019). Kondisi Burnout pada Guru BK / Konselor di Sekolah Menengah Atas Negeri Kota Pekanbaru dan Implikasinya Bagi Peran Kepala. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 2(2), 66–72.
- Habsy, B. A. (2017). Filosofi Keilmuan Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Pendidikan*, 2, 1–7.

<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jp/article/viewFile/584/724>

Harahap, A. P., Rojwa Darus, A., Azizah Siregar, M., & Rahmadana, W. (2022). Analisis Pemahaman Kode Etik Profesi Konseling Pada Guru Bimbingan dan Konseling di MAN Alya Rojwa Darus Mutiara Azizah Siregar. *Jurnal Bikotetik*, 6(2), 1–10.

Harnany, L., & Putra, F. W. (2021). Burnout Pada Guru Sekolah Dasar Fullday: Menguji Peranan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial. *Nathiqiyah*, 4(1), 1–17. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v4i1.173>

Indriyani, E., Purba, J., & Yulianto, A. (2007). Pengaruh dukungan sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 80–82. <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4982-johanaP.aries.pdf>

Khairani, Y., & Ifdil, I. (2015). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4), 208. <https://doi.org/10.24036/02015446474-0-00>

Marjo, H. K., & Sodiq, D. (2022). Etika dan Kompetensi Konselor Sebagai Profesional (Suatu Pendekatan Literatur Sistematis). *Jurnal Paedagogy*, 9(1), 86. <https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4512>

Meilina, S., Yenni, M., & Hamdani. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejenuhan Kerja (Burnout) Pada Guru Honorer Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Muara Sabak Timur Tahun 2022. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*, 6(2), 1–6.

Muna, N. (2020). Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 81. <https://doi.org/10.29240/jbk.v4i1.1444>

Palupi, V. C., & Pandjaitan, L. N. (2022). Self Efficacy dan Burnout pada Guru. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(April), 28–39.

Priharsari, D. (2022). Systematic Literature Review in Information Systems and Computer Engineering. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer (JTIK)*, 9(2), 263–268. <https://doi.org/10.25126/jtiik.202293884>

Purwani, R. D. (2016). *Burnout Pada Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Melaksanakan Layanan Responsif*. Universitas Negeri Jakarta.

Rahardjo, S. dan A. S. K. (2017). Pelaksanaan Kode Etik Profesi Guru Bimbingan dan Konseling SMP/MTS Kabupaten Kudus. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3(2), 185–196. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/1740/1335>

Ramadhan, D. H., & Dr. Eka Wahyuni, M. (2022). Hubungan Antara Self-care dan Professional Quality of Life HUBUNGAN ANTARA SELF-CARE DAN PROFESSIONAL QUALITY OF LIFE PADA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI DKI JAKARTA. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 2022.

Ristian, T., Wahyuni, E., & Komalasari, G. (2021). Gambaran professional quality of life guru bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(1), 102. <https://doi.org/10.29210/159600>

Sari, S. P., & Aryansah, J. E. (2020). Analisis Penetapan Beban Kerja Guru BK di Kota Palembang. *Manajemen Pendidikan*, 15(1), 12–18. <https://doi.org/10.23917/jmp.v15i1.10662>

Septianisa, S., & Caninsti, R. (2018). Hubungan Self Efficacy Dengan Burnout Pada Guru Di Sekolah Dasar Inklusi. *Journal Psikogenesis*, 4(1), 126. <https://doi.org/10.24854/jps.v4i1.523>

- Susanti, R., & Bakhtiar, N. (2018). Kejenuhan di Kalangan Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN Provinsi Riau. *Educational Guidance and Counseling Development Jouna*, 2, 92–104.
- Suwanto, I., & Fitriyadi, S. (2019). Burnout Guru BK di Kota Singkawang. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 127–136. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i2.5186>
- Tameon, S. M. (2019). Gambaran burnout Pada dosen stakn kupang. *Jurnal Selaras*, 2(2), 1–16. <http://ejournal.uki.ac.id/index.php/sel/article/download/1514/1201>
- Triandini, E., Jayanatha, S., Indrawan, A., Werla Putra, G., & Iswara, B. (2019). Metode Systematic Literature Review untuk Identifikasi Platform dan Metode Pengembangan Sistem Informasi di Indonesia. *Indonesian Journal of Information Systems*, 1(2), 63. <https://doi.org/10.24002/ijis.v1i2.1916>
- Winkel, W.S., & Hastuti, S. (2004). (2004). Bimbingan konseling di institusi pendidikan. *Media Abadi*.
- Yandri, H., & Juliawati, D. (2017). Burnout pada Guru BK/Konselor Sekolah. *Konselor*, 6(2), 61. <https://doi.org/10.24036/02017627561-0-00>