

Kejenuhan di Kalangan Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN Provinsi Riau

Rita Susanti¹, Riswani², Nurhasanah Bakhtiar³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia

Email: rita.susanti@uin-suska.ac.id

Abstract: Guru Bimbingan dan Konseling diperlukan untuk memahami kondisi dan situasi siswa dengan sepenuh hati sehingga diperlukan keterlibatan emosional yang kuat. Keterlibatan emosional yang intens dapat menyebabkan stres kerja dan kondisi stres yang diabaikan akan berpotensi menyebabkan kelelahan dalam bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *burnout* dan faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout* pada guru BK. Sampel penelitian ini sebanyak 23 responden yang memiliki banyak siswa asuh. Penentuan responden menggunakan teknik *snowball sampling*. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara. Kredibilitas penelitian dilakukan dengan triangulasi pada sumber data. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa depersonalisasi, kelelahan emosional, dan keengganan dalam pencapaian prestasi terjadi pada guru BK. Kejenuhan ini disebabkan oleh Sistem sekolah gratis, lemahnya peran pemimpin, kondisi lingkungan yang tidak kondusif, beban kerja, status profesi yang tidak jelas, kualifikasi pendidikan, krisis moral siswa, ketidakpedulian orang tua, kurangnya dukungan sosial rekan kerja. Spiritualitas menjadi acuan dalam guru BK mengatasi stres dan *burnout* yang dialami. Kesimpulannya fenomena sentral dalam penelitian ini adalah *burnout* sebagai akibat dari stres yang dialami oleh guru BK.

Keywords: *Burnout*, Sistem sekolah gratis, Spiritualitas, Bimbingan dan Konseling.

LATAR BELAKANG

Setelah melalui perjalanan yang panjang, dimulai dari dekade tahun 60-an (dekade perintis), tahun 70-an (dekade penataan), tahun 80-an (dekade pematangan), dan tahun 90-an (dekade profesional), akhirnya eksistensi guru bimbingan dan konseling (BK)/konselor diakui sebagai pendidik oleh Negara. . Guru BK/konselor memiliki tugas dan tanggung jawab yang sama dengan guru lainnya yaitu merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, menganalisis dan menindak lanjuti.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 27 Tahun 2008 Tanggal 11 Juni 2008 Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor menyebutkan: Konteks tugas konselor berada dalam kawasan pelayanan yang bertujuan mengembangkan potensi dan memandirikan konseli dalam pengambilan keputusan dan pilihan untuk mewujudkan kehidupan yang produktif, sejahtera, dan peduli kemaslahatan umum. Pelayanan dimaksud adalah pelayanan bimbingan dan konseling.

Berdasarkan Penjelasan Permendiknas No 27 tahun 2008 ini, dapat dilihat bahwa guru BK dalam melaksanakan tugasnya tidaklah ringan karena guru BK harus memikirkan dampak jangka panjang dari setiap layanan yang diberikan kepada peserta didik. Guru senantiasa dituntut untuk memahami kondisi dan keadaan siswa dengan sepenuh hati dan perasaan di dalam menyelesaikan pekerjaannya, sehingga dibutuhkan adanya keterlibatan emosional yang intensif antara dirinya dengan siswa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di beberapa SMAN kota Pekanbaru, Kabupaten Kampar dan Kuansing yang memiliki jumlah guru BK terbanyak jika dibandingkan dengan kabupaten lain yang ada di Riau. Selain itu, peneliti menemukan banyak guru BK yang mengalami kejenuhan. Hal ini terungkap ketika peneliti mewawancarai, pengawas sekolah. Menurut pengawas, guru yang tingkat ketidakhadirannya tinggi jika dibandingkan dengan guru lain adalah guru BK. Alasan utama untuk ketidakhadiran adalah sakit. Wawancara berikutnya dilakukan pada beberapa orang siswa dari setiap sekolah. Pada umumnya mereka berpendapat bahwa guru BK mereka merupakan guru yang acuh dan kurang bersimpati terhadap mereka.

Wawancara terakhir dilakukan pada beberapa orang guru BK mengenai apa yang mereka rasakan akhir-akhir ini terkait kondisi tubuh dan emosi mereka. Rata-rata guru BK mengatakan bahwa mereka sering merasakan sakit kepala, keletihan, merasa bosan dengan lingkungan sekolah, mudah marah dan tersinggung, merasa tidak puas dengan pekerjaan, mengalami tekanan dari kepala sekolah, siswa dan wali murid.

Kondisi pekerjaan yang membutuhkan keterlibatan emosional yang intensif, dapat menimbulkan stress kerja dan jika kondisi stress ini diabaikan akan berpotensi menimbulkan kejenuhan dalam bekerja. Schaufeli, Leiter, & Maslach, (2009) menjelaskan bahwa kejenuhan biasanya menimpa orang-orang yang dalam pekerjaannya melibatkan interaksi yang intensif dan sering melibatkan banyak orang.

Profesi konselor termasuk profesi pelayanan sosial yang rentan mengalami stress (Cooper & Cartwright, 1994). Penelitian Cooper & Cartwright, (1994) terhadap tingkat stress pekerjaan menemukan bahwa guru merupakan salah satu profesi yang termasuk kategori " *Very Stressfull Job*". Baldwin, Barmore, Suprina, & Weaver, (2011), Gunduz, (2012) menyatakan bahwa profesi konselor merupakan profesi yang rentan dengan kejenuhan karena konselor terus menerus berhadapan dengan emosionalitas yang tinggi. Penderitaan klien juga menjadi penderitaannya tetapi dia harus mampu mempertahankan sikap profesionalnya. Grosch dan Olsen (1994) menyatakan bahwa rata-rata konselor memiliki rentang hidup produktif, 10 tahun sebelum mereka berhadapan dengan kejenuhan yang tidak terelakkan. Diperkirakan bahwa antara 10-20% dari konselor sekolah tidak merasa puas dengan pekerjaan mereka yang membuat mereka rentan terhadap kelelahan profesional dan jenuh (Wilkinson & Bellini, 2006). Kessler (1990) menyatakan bahwa konselor sekolah lebih rentan terhadap kejenuhan karena tingginya tingkat stress profesional terkait dengan berbagai tuntutan pekerjaan mereka, ambiguitas peran, konflik peran, besar jumlah siswa, dan kurangnya pengawasan.

Kejenuhan merupakan terjemahan dari istilah psikologi " *burnout* " yang digunakan untuk menggambarkan perasaan kegagalan dan kelesuan akibat tuntutan yang terlalu membebani tenaga dan kemampuan seseorang. Istilah ini diperkenalkan buat kali pertama oleh Freudenberg pada tahun 1974 ketika ia melakukan penelitian pada pekerja sosial yang mengalami penurunan kinerja. Menurut Maslach & Christina (1997), kejenuhan adalah kelelahan fisik, emosi dan mental karena berada pada situasi yang menuntut secara emosional dalam jangka waktu yang lama, dan ditandai dengan adanya kelelahan emosional, depersonalisasi, serta menurunnya prestasi diri.

Maslach & Jackson (1984) mengatakan bahwa masalah kejenuhan adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan kerja sebab kejenuhan memiliki pengaruh negatif terhadap kinerja, kualitas layanan, peningkatan absensi, komitmen organisasi, kepuasan kerja dan juga berkaitan dengan masalah kesehatan yakni stress. Selain itu Mondy & Noe (2005) juga menambahkan bahwa kejenuhan sangat tinggi, dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja dan kinerja perusahaan. Pekerja yang memiliki kejenuhan akan menunjukkan tanda-tanda ketidakpuasan dan mengakibatkan sikap sinis, sulit bekerja dan juga memunculkan perilaku arogan.

Kejenuhan kerja adalah masalah yang sangat serius dan keadaan ini dapat mengganggu keberhasilan pelayanan dari lembaga pelayanan. Cherniss (1980) menyatakan ada empat alasan yang menyebabkan kejenuhan sangat penting diberikan perhatian. Pertama, kejenuhan kerja

mempengaruhi moral kerja dan kesejahteraan psikologis pekerja. Kedua, kejenuhan kerja mempengaruhi kualitas pelayanan dan perawatan yang diberikan kepada klien. Ketiga, kejenuhan kerja sangat memberi pengaruh yang kuat terhadap keberfungsian lembaga tempat pekerja tersebut bekerja. Tingginya tahapan dan kejenuhan kerja akan mengakibatkan kegagalan program yang dijalankan. Keempat, kejenuhan kerja yang dialami pekerja pelayanan jarang diberi perhatian, sebab mereka selalu diharapkan dapat dan siaga memberikan pertolongan untuk mengatasi permasalahan klien dan meningkatkan kesejahteraan psikologis klien.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan munculnya kejenuhan. Sutjipto mengutip pendapat Maslach (2001) yang membagi penyebab kejenuhan kepada dua faktor, yaitu faktor lingkungan kerja dan faktor personal yang terdiri dari faktor demografis dan kepribadian atau personality. Selanjutnya, Sutjipto juga mengutip pendapat Caputo (1991) dan Farber (1991) yang menjelaskan secara umum bahwa kepribadian dan lingkungan kerja merupakan faktor penyebab kejenuhan.

Maslach (2001) berpendapat bahwa penyebab kejenuhan jika dilihat dari faktor lingkungan kerja meliputi pekerjaan yang berlebihan (*work overload*), kebijakan organisasi, kurangnya dukungan sosial, kurangnya penghargaan terhadap pekerjaan, konflik peran, ambiguitas peran, positif *feedback* yang tidak adekuat, kurangnya kontrol, dan stres yang bersumber dari lingkungan kerja. Sedangkan jika dilihat dari faktor demografi meliputi gender, usia, status perkawinan, masa kerja dan latar belakang pendidikan. Dilihat dari faktor personal khususnya faktor kepribadian meliputi konsep diri yang rendah, idealisme tinggi, perfeksionis, komitmen berlebihan, kemampuan yang rendah dalam mengendalikan emosi, dan locus of control external.

Di dalam Al-Quran, banyak ayat-ayat yang terkait dengan kejenuhan. Sehingga dapat dikatakan, jauh sebelum ilmu psikologi membahas kejenuhan, Allah sudah terlebih dahulu membicarakannya dengan istilah, ketakutan, kecemasan, sedih, dan lain-lain. Diantara ayat tersebut adalah surat 2:155 yang artinya : “Dan sesungguhnya akan kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Beri kabar gembiralah kepada orang-orang yang sabar”. Masih dalam surat al-Baqarah ayat 38, Allah menjelaskan “Maka barangsiapa yang mengikuti petunjuk-Ku maka tidak ada atas mereka ketakutan dan tidaklah mereka bersedih”. Surat al-A`raf ayat 35, “Maka barangsiapa yang bertakwa dan berbuat baik, maka tidak ada ketakutan atas mereka dan tidaklah mereka bersedih”. Ali Imran ayat 139, “Dan janganlah kamu merasa rendah dan jangan merasa sedih dan kamu adalah orang-orang yang paling tinggi (mulia) jika kamu beriman.” Surat al-Ma`arij ayat 19-21, “Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh-kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh-kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir.

Dapat disimpulkan bahwa kejenuhan merupakan inti dari gangguan psikologis akibat stres kerja, beban kerja yang berlebihan dan karakteristik individu yang dapat dialami para pekerja sosial khususnya guru BK. Ia dapat mempengaruhi kualitas kerja, kualitas sikap dan perilaku individu baik menyangkut diri sendiri maupun hubungannya dengan orang lain. Jika permasalahan kejenuhan ini tidak diperhatikan sejak dini maka akan berkembang menjadi sindrom yang ekstrim secara fisik maupun psikologi. Allah membicarakan hal tersebut di dalam Al-Quran agar manusia melakukan antisipasi terhadap hal tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Hal ini disebabkan permasalahan penelitian bersifat holistik, kompleks dan dinamis sehingga data pada situasi sulit tidak dapat dikumpulkan melalui metode kuantitatif seperti angket atau test (sugiyono, 2014). Penelitian ini akan mengambil tempat di sman provinsi Riau. Sekolah yang dipilih adalah sekolah di kota pekanbaru, kabupaten kampar dankabupatenkuantansingging. sumber data dalam penelitian ini akan dipilih secara *purposive* dan bersifat *snowball sampling*. Maksudnya, teknik *purposive*, peneliti

gunakan untuk menentukan wilayah SMAN. Wilayah yang peneliti pilih adalah kota Pekanbaru, Kampar dan Kuansing. Ketiga wilayah tersebut memiliki jumlah guru BK yang terbanyak jika dibandingkan dengan jumlah guru BK dari kabupaten yang lain. Teknik *snowball sampling* digunakan untuk menentukan siapa yang akan menjadi sumber data. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi langsung, observasi partisipan dan dokumentasi.

Analisis data merupakan proses pemberian urutan, struktur dan makna terhadap sekelompok data yang telah terkumpul. Analisis data kualitatif yang demikian dikatakan model alir/*flow mode* (miles & huberman, 1994). Reduksi data dimulai setelah sejumlah data terkumpul di lapangan. Proses reduksi data dilakukan dengan cara memilah data dan membuat pengelompokan sesuai dengan tema-tema yang muncul. Proses pengecekan keabsahan data digunakan teknik triangulasi antara beberapa catatan lapangan yang diperoleh dengan bukti dokumen yang ada serta pengamatan dan interpretasi peneliti. Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah penyajian data. Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah difahami. Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini memberikan gambaran *Burnout* pada guru bimbingan konseling di tiga kota Kabupaten Provinsi Riau. Gambaran tersebut dapat dijelaskan dalam beberapa temuan, yakni kelelahan emosional, depersonafikasi, dan penurunan prestasi.

Kelelahan emosional

Salah satu dimensi *Burnout* yang ditemukan pada guru bimbingan dan konseling adalah guru mengalami kelelahan emosional. Dalam menjalankan tugasnya sebagai guru Bimbingan dan Konseling, guru mengalami tekanan-tekanan emosional. Guru dihadapkan pada siswa yang enggan diatur, tidak memiliki etika yang baik dalam bersikap dan berperilaku, dan beban kerja yang berlebihan seperti siswa asuh yang melebihi standar. Menjalankan pekerjaan dengan tingkat kompleksitas yang tinggi sehingga kadang mengharuskan guru untuk lembur dan rangkap jabatan. Kadang muncul keinginan untuk segera pensiun, dan jika ada kesempatan atau peluang bekerja di tempat lain, maka guru akan pindah. Guru mengatakan:

“Kami menyukai pekerjaan sebagai guru BK, namun jika ada peluang lain atau pensiun, pengen rasanya pensiun. Soalnya begini siswa sekarang sangat berbeda dari zaman dahulu. Saat ini siswa yang kami hadapi memiliki kelakuan aneh-aneh, tidak teratur, sekolah sesukanya, tidak memiliki rasa hormat dengan guru kayak krisis moral gitu. Bahkan kami merasakan lelah, kalau sehari itu tiga orang saya kami bombing, rasanya capek dan lelah sekali. Dan tak jarang kami terpikirkan masalah itu sampai di rumah, y buat pusinglah anak-anak sekarang”.

Hal ini menunjukkan bahwa guru BK mengalami kelelahan, baik secara fisik maupun emosional. Selama peneliti melakukan interview dengan beberapa guru. Guru dihadapkan pada masalah-masalah emosi siswa, persoalan siswa ini sering melibatkan emosional guru yang berlebihan. Dengan bersedianya siswa untuk mengkonsultasikan masalahnya kepada guru BK, merupakan hal yang membangga bagi guru, karena menjadi orang yang dipercaya siswa, namun disisi lain guru dihadapkan pada dilema jika masalah siswa berkaitan dengan kehormatan sekolah. Misalnya masalahnya dengan lawan jenis, pelanggaran aturan dan sebagainya. Guru menyatakan:

“Siswa yang bercerita dengan kita, itu adalah suatu hal yang membanggakan karena kita menjadi orang yang dipercayanya. Mereka banyak bercerita tentang kasus pacarannya, kasus dia berkelahi dengan temannya, ada juga yang bercerita bahwa mereka sudah melakukan hubungan terlarang dengan pacarnya. Hal ini menjadi dilema kan? Karena sebagai konselor kita harus netral, namun disisi lain ada aturan sekolah yang harus diikuti untuk mengeluarkan siswa yang melanggar

kode etik. Kalau kita cerita ke kepala sekolah, anak pasti dikeluarkan tapi kalau kita ceritakan anak tidak akan percaya dan akan benci dengan kita, dan tentu kalau anak dikeluarkan anak tidak punya masa depan lagi. Ini tentu sangat membuat kita merasa tertekan dan bingung apa yang harus dilakukan. anda tahu, hal ini sering kita hadapi”.

Kondisi ini dapat dilihat bahwa guru BK mengalami tekanan secara emosional, yang membuat guru menjadi stres. Kondisi tekanan emosional yang terus-menerus terjadi akan membuat guru mengalami kelelahan emosional. Kelelahan ini ditunjukkan dengan ungkapan guru bahwa mereka merasakan energi yang terkuras habis atau kelelahan jika menangani masalah anak lebih dari tiga anak sehari. Ditambah lagi, guru kadang membawa permasalahannya siswa dalam pikirannya sehingga guru BK mengalami kesulitan tidur. Kondisi lain yang dihadapi guru adalah perilaku negatif siswa seperti tidak disiplin, bolos dan merokok dilingkungan sekolah. Penanganan perilaku ini menjadi tugas guru BK. Keberhasilan guru dalam menangani masalah ini merupakan kebanggaan bagi guru BK, namun jika terjadi ketidakberhasilan maka guru BK akan disalahkan oleh sekolah. Hal ini menambah beban psikologis pada guru BK.

Kompleksitas tugas yang dimiliki guru BK membuat guru BK merasakan kejenuhan dalam bekerja. Tugas yang juga dijalankan guru BK adalah *Home Visit*. Dimana tugas ini mengharuskan guru BK untuk datang ke rumah siswa dengan tujuan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalahnya dan mendapatkan gambaran mengenai latar belakang siswa, serta menjalin hubungan baik antara sekolah, keluarga dan masyarakat. Ketika ada siswa yang mengalami masalah guru akan mendatangi rumah siswa dan memberikan pemahaman kepada orang tua agar bersedia bekerja sama. Hal ini tentu memberikan beban bagi guru BK karena harus berhadapan dengan orang tua siswa dengan latar belakang yang berbeda. Dan tidak jarang guru BK menghadapi orang tua yang tidak menerima masukan dan tidak peduli dengan kondisi anaknya. Orang tua hanya menyakini bahwa mereka sudah menitipkan dan membayar sekolah untuk mendidik anak jadi kalau guru gagal, maka mereka akan marah. Hal ini menambah tingkat kelelahan emosional yang dialami guru BK dan akan berdampak pada *Burnout* yang terjadi.

Depersonafikasi

Pekerjaan yang kompleks yang diemban guru, membuat guru BK mengembangkan perasaan tidak peduli dengan kondisi yang dialami siswa. Guru kadang mengabaikan kondisi siswa yang bermasalah dan juga penilaian sekolah terhadap guru BK. Pengabaian tersebut terjadi pada siswa yang tidak disiplin, tidak memiliki etika yang baik, bolos, merokok dan melawan guru. Guru beralasan bahwa siswa tersebut sangat sulit berubah, karena mereka berasal dari pola asuh dan latar belakang tempat tinggal yang berbeda-beda, mereka membawa warna tersendiri di diri mereka, terutama siswa yang tinggal di sekitaran pasar. Guru dalam wawancara mengatakan:

“Siswa yang sekolah disini berasal dari berbagai latar belakang tempat tinggal dan pendidikan orang tua, sehingga membentuk perilaku yang juga berbeda-beda. Perilaku anak-anak sekarang itu, tidak bisa diatur, tidak mau mengikuti aturan, suka bolos dan melawan apa yang dikatakan guru. Kadang ini membuat kita geram melihat anak-anak. Tapi bagaimana lagi ya begitulah adanya mereka, jadi tidak mungkin bisa dirubah, jika kalau dia tidak mau berubah, terserah saja. Bagi siswa yang mau berubah, kita rubah, bagi yang tidak yang biarkan saja, apalagi orang tuanya juga tidak peduli”.

Sikap yang ditunjukkan guru BK ini merupakan gambaran dimensi kejenuhan yang dialami guru BK yakni kehilangan kepedulian terhadap siswa, cenderung memperlakukan siswa secara acuh, bersikap sinis dan sering menyalahkan siswa jika mereka bersalah, dan mengalami simptom frustrasi bahwa diri tidak akan mampu untuk merubah kondisi siswa tersebut. Kebanyakan guru yang mengalami kejenuhan menunjukkan perilaku tidak sabar menghadapi siswa, seperti tidak sabar dalam menghadapi siswa yang bermasalah, siswa kesulitan dalam belajar. Tingkah laku lain dari kejenuhan yang dialami guru adalah cenderung menyalahkan orang yang lain seperti siswa yang bermasalah karena kondisi latar belakang tempat tinggal dan pola asuh yang salah dari orang

tua. Kejenuhan guru juga ditunjukkan dengan ketidahadiran guru tepat waktu dan pulang lebih awal dijam sekolah masih berlangsung, adanya keinginan untuk pensiun lebih awal dan pindah ke pekerjaan lain. Beberapa guru mengatakan:

“Kami sebagai guru BK telah melakukan banyak hal untuk siswa kami. Kami memberikan bimbingan setiap harinya satu jam dikelas, namun jika siswa tidak bisa berubah, kami bisa apa. Siswa itu membawa warna diri masing-masing dari keluarganya jadi sangat sulit bagi kami untuk merubahnya. Ditambah zaman sekarang, anak-anak sudah terpengaruh sama internet, jadi kami sudah sulitlah untuk merubahnya, ya pasrah aja kadang”.

Guru yang tidak peduli ini diakibatkan oleh kelelahan fisik dan emosional yang terjadi. Kelelahan yang terus menerus terjadi berakibat pada perilaku acuh pada siswa. Keacuhan ini juga disebabkan karena guru tidak memiliki solusi mengenai persoalan yang dialami siswa. Dan bahkan karena begitu banyaknya masalah yang dihadapi guru BK, sehingga guru berusaha menghindari persoalan-persoalan siswa tersebut.

Penurunan Prestasi

Guru BK dalam profesinya mengalami kejenuhan dan kelelahan dalam bekerja yang terlihat dari penurunan prestasi diri. Berdasarkan wawancara dengan beberapa guru BK di sekolah yang berada di tiga kabupaten kota di Provinsi Riau, diperoleh bahwa guru memiliki hasrat yang rendah untuk meningkatkan prestasi diri. Mereka tidak semangat mengikuti pelatihan pengembangan ilmu berkaitan dengan bimbingan dan konseling terhadap siswa. Seperti yang dikatakan koordinator guru BK:

“Kami kurang tertarik untuk mengikuti pelatihan-pelatihan pengembangan keilmuan kami ataupun melanjutkan pendidikan lagi, karena semua itu percuma. Kalau kami mau mengikuti pelatihan jika itu bertujuan untuk meningkatkan tunjangan atau naik pangkat kami, karena kalau tidak jelas manfaatnya kami juga malas”.

Guru BK mengalami keenganan dalam mengikuti pendidikan pengembangan diri. Sebagian guru BK tidak memiliki semangat untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi terutama bagi guru BK yang tidak memiliki kualifikasi pendidikan bukan BK. Bagi mereka melanjutkan pendidikan hanya percuma, karena itu tidak akan diakui oleh dinas pendidikan karena tidak linier dalam bidang pendidikan, sedangkan bagi yang guru BK dengan latar belakang pendidikan guru BK, melanjutkan pendidikan akan menyulitkannya, mereka takut tidak mampu mengikuti perkuliahan lagi, belajar lagi bagi mereka sulit, dan sulitnya meninggalkan keluarga karena tempat untuk kuliah jauh dari tempat tinggal mereka. Mereka mengatakan:

“Kami ingin kuliah lagi, hanya itu akan percuma saja. Ditambah kami yang tidak linier jurusannya ini. Dulu kan boleh saya, dari jurusan apa saja kita menjadi guru BK, tidak ada aturan kayak sekarang, namun sekarang lebih sulit. Kuliahpun kami ndak akan bisa di angkat jadi guru BK karena tidak sesuai jurusannya, mau kuliah jurusan yang sama tidak bisa lagilah, udah ndak ingat lagi materi-materi kuliah dulu, udah lama ndak diulang-ulang. Susahlah kami untuk itu, jadi ya ikutin aj, kalau masih dipakai sekolah ya tetap bekerja, kalau tidak bagaimana lagi”.

Pernyataan ini menunjukkan bahwa guru BK tidak memiliki keinginan untuk meningkatkan kompetensi diri, baik dari pendidikan formal atau nonformal. Kejenuhan ini disebabkan oleh situasi kerja yang tidak mendukung dan tidak mampu memenuhi harapan dari guru BK. Guru BK merasa bahwa dirinya tidak mampu untuk mengikuti pendidikan lagi dan merasakan tidak akan ada manfaat bagi dirinya dan sekolah tempatnya bekerja. Hal ini menunjukkan adanya penurunan prestasi pada guru BK disekolah di tiga kota kabupaten di Provinsi Riau.

Faktor Burnout Pada Guru Bimbingan dan Konseling

Kejenuhan yang dialami oleh guru bimbingan konseling di sekolah disebabkan oleh beberapa faktor. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh penyebabnya adalah sebagai berikut:

Beban Kerja

Kejenuhan yang terjadi pada guru BK disebabkan oleh beban kerja yang dinilai berlebihan oleh guru BK. Keseluruhan guru BK memiliki jumlah siswa asuh yang lebih dari standar misalnya ada yang memiliki siswa asuh sebanyak 250-300 siswa. Guru BK memiliki tugas untuk membantu menyelesaikan masalah siswa, menggantikan guru mata pelajaran di kelas jika guru tersebut tidak bisa masuk kelas, jam kerja yang tidak pasti bahkan bisa bekerja 24 jam karena harus memberikan layanan siswa diluar jam sekolah, adanya guru BK yang rangkap jabatan, guru harus membantu guru lain untuk mengatasi masalah belajar siswa dan menjamin siswa untuk mengikuti segala aturan di sekolah. Hasil wawancara, guru menyatakan:

“Kami sebagai guru BK, memiliki tugas yang sangat banyak, namun kadang orang-orang masih menyatakan kami tidak memiliki kerjaan. Kami setiap hari masuk kelas untuk memberikan bimbingan kelompok kepada siswa. Banyak anak asuh kami karena jumlah guru BK yang terbatas, tentu kami banyak memegang siswa asuh. Kadang kami juga memberikan layanan kepada siswa diluar kelas, kami harus siap untuk ditelpon siswa malam-malam”.

Banyak tuntutan kerja yang dimiliki guru BK membuat guru BK mengalami kelelahan fisik, emosional dan bahkan mental. Pekerjaan guru BK memfokuskan diri pada pelayanan kemanusiaan yang lebih sering mengalami perasaan lelah secara fisik dan psikis. Hal ini disebabkan oleh banyaknya jumlah siswa yang harus dilayani, pekerjaan yang harus menyiapkan waktu ketika siswa membutuhkan bantuan, jam kerja yang melebihi waktu kerja yang ditetapkan dan tidak bisa menghindari pekerjaan yang diberikan terutama mengatasi masalah siswa. Ditambah lagi guru BK harus siap melakukan pemantauan dan konsultasi di Rumah. Guru menyatakan:

“Kami banyak menghadapi siswa dengan masalah-masalah yang sangat membuat kita menjadi stress. Kadang sampai terpikir, bagaimana mana nanti anak-anak ini kedepan, dan bagaimana dengan anak kandung sendiri. Paling parah itu, masalah siswa dengan lawan jenis ini bu. Kadang kita mendengar cerita mereka itu, miris, geram, marah bahkan sedih. Tapi kita harus tetap memberikan layanan sama kita. Siswa berantam dengan temannya hanya karena persoalan pacarnya. Ini membuat kita jadi binggung dan stress, kadang mereka nelpo dan nangis-nangis karena masalah mereka”.

Tuntutan pekerjaan yang berlebihan ini dapat meningkatkan kecemasan dan stress bagi guru BK. Kecemasan dan stress ini merupakan manifestasi rasa takut guru BK, tidak bisa maksimal dalam membantu persoalan siswa dan membuat siswa menjadi baik. Kecemasan ini juga disebabkan oleh tekanan dari pimpinan atau adanya stigma negatif terhadap guru BK. Kondisi stress terjadi dalam intensitas yang tinggi pada guru sehingga mengakibatkan guru mengalami kelelahan fisik, mental dan emosi. Kondisi ini membuat guru mengalami *Burnout*.

Sistem Sekolah Gratis

Kejenuhan yang dialami guru BK diakibatkan oleh Sistem Sekolah Gratis. Sistem ini tidak terjadi pada semua sekolah. Dibeberapa sekolah yang diwawancarai bahwa sekolah yang menerapkan sistem sekolah gratis berdampak negatif bagi motivasi siswa. Guru mengalami kesulitan untuk mengendalikan dan membimbing siswa dalam belajar. Sistem sekolah gratis ini memberikan siswa kebebasan untuk ikut pendidikan tanpa harus membayar, seperti siswa tidak membayar buku, tidak membayar uang spp, dan tidak membayar operasional sekolah lainnya. Dengan sistem ini siswa mendapatkan segala fasilitas sekolah yang ada. Guru mengatakan:

“Sekolah di sini menerapkan sistem sekolah gratis. Siswa mendapatkan buku gratis, tidak perlu bayar SPP, jadi siswanya tinggal duduk saja, semua sudah tersedia. Semua buku LKS itu

dibagikan kepada siswa. Tujuan dari sistem ini agar semua anak mendapatkan pendidikan, tidak ada lagi anak-anak yang putus sekolah karena tidak mampu membayar. Namun sistem ini perlu ditinjau ulang, sebab membuat siswa menjadi termanjakan dan memiliki motivasi belajar yang rendah”.

Sistem sekolah gratis merupakan kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah kota Kabupaten. Dengan pemberian fasilitas gratis yang diberikan oleh sekolah kepada siswa membuat siswa termanjakan, tidak memiliki motivasi belajar, rendahnya belongingness pada siswa. Hal ini membuat guru BK mengalami kelelahan untuk mengarahkan siswa agar belajar maksimal. Kasus yang terjadi pada siswa adalah buku-buku yang diberikan secara gratis, banyak dibuang oleh siswa, jangankan untuk dibaca dijaga saja siswa tidak lakukan. Hal ini menambah tugas ekstra bagi guru BK untuk membentuk jiwa memiliki kepada siswa. Dengan sekolah gratis ini juga membuat siswa menjadi berani melawan guru, belajar sesuka mereka, tidak menjaga fasilitas sekolah. Seperti yang guru katakan:

“Cobalah lihat bu, disana banyak sekali buku LKS yang tertumpuk tak digunakan, kadang kami dikelas banyak menemukan buku yang terbuang-buang dibawa meja. Anak-anak ini jadi sulit diatur, karena memang mereka menganggap sekolah gratis, dan rasa memiliki mereka jadi tidak ada, sebiknyanya memang sistem ini perlu ditinjau ulang oleh pemerintah. Karena ini juga, membuat kami tidak punya minat membuat program-program disekolah, Karena siswa ndak berminat untuk ikut”.

Sistem seperti ini cenderung membuat guru enggan untuk mengembangkan program-program bagi siswa di sekolah. Sebab sistem sekolah gratis juga melarang guru BK untuk memungut biaya apapun terhadap siswa. Contoh kasus yang disampaikan guru BK dalam wawancara adalah guru BK ingin melakukan kegiatan pemetaan potensi sesuai bakat dan minat. Kegiatan ini tentu membutuhkan dana, salah satu untuk melaksanakan kegiatan ini adalah memungut iuran dari siswa, dengan adanya larangan dari sekolah untuk tidak melakukan pemungutan biaya kepada siswa, maka tidak bisa melakukan kegiatan ini. Hal ini menyebabkan guru BK tidak memiliki keinginan untuk melakukan kegiatan apapun bagi siswa dan bersikap acuh dalam pengembangan potensi siswa.

Perubahan Kurikulum

Kejenuhan yang dialami oleh guru BK dalam penelitian ini disebabkan perubahan kurikulum. Kondisi ini membuat guru BK menjadi semakin tidak semangat dalam menjalankan tugasnya sebagai guru BK. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK, bawa awalnya kurikulum untuk SMA itukan menggunakan kurikulum KTSP, kemudian diganti dengan kurikulum 2013, belum begitu menguasai kurikulum 2013 diganti lagi dengan kurikulum nasional atau revisi kurikulum 2013. Dimana kurikulum ini membuat inti pengajaran untuk mengembang prakarya dan kewirausahaan pada siswa. Dengan pergantian kurikulum ini, membuat guru BK harus siap membantu guru lain dan siswa untuk menyiapkan mental melaksanakan perubahan tersebut.

Kurikulum ini menenkankan kegiatan yang banyak kepada guru. Kurikulum ini tidak dijelaskan dengan optimal bagi guru dan guru BK, sehingga menyebabkan kegiatan yang dilakukan guru hanya membuat prakarya saja, banyak kreasi anak yang terbuang sia-sia, bahkan jadi sampah. Hal ini membuat guru BK, semakin mengalami kecemasan akan perkembangan akademik siswa. Padahal siswa harusnya disiapkan untuk menghadapi dunia perguruan tinggi. Seperti diungkapkan guru:

“Kami sebagai guru, merasa bingung dengan kurikulum yang terus berganti-ganti, belum lagi kita siap dengan satu kurikulum diganti lagi. Awalnya kita menggunakan Ktsp, lalu diganti lagi dengan dengan kurikulum 2013, dikurikulum sebelumnya kami sudah membantu siswa untuk merencanakan masa depan sekolah dengan melanjutkan kuliah diperguruan tinggi. Sampai kami membuat rancangan langkah-langkah apa yang harus disiapkan anak untuk masuk ke perguruan

tinggi. Namun sekarang kami di minta untuk berubah dengan kurikulum nasional, yang menekankan membuat prakarya dan anak dilatih untuk berwirausaha.nah apa lagi ini, kan tidak sesuai dengan yang sudah kami ajarkan bahwa anak harus menyiapkan diri keperguruan tinggi. Kondisi ini anak-anak jadi semakin tidak mau menyiapkan diri untuk masuk keperguruan tinggi”.

Perubahan kurikulum berdampak pada semangat guru dalam membimbing siswanya. Guru BK mengalami perasaan kecewa dengan perubahan tersebut, karena akan mengganggu pola pembelajaran yang telah diterapkannya. Dari wawancara juga ditemukan bahwa guru merasa tidak percaya diri lagi dihadapan siswa, karena tidak berbicara konsisten, diawal mereka mengajarkan tentang menyiapkan diri perguruan tinggi, kemudian siswa diminta untuk menyiapkan diri untuk berwirausaha.

“Dengan adanya kurikulum ini, anak-anak semakin malas belajar dikelas, apalagi mau menyiapkan diri keperguruan tinggi,mereka asik aja membuat prakarya-prakarya, lihat disana bu, banyak keterampilan anak-anak untuk dijadikan bahan berwirausaha itu, terbuang percuma, bahkan membuat sampah. Kita yang berkoar-koar untuk meminta mereka serius belajar agar bisa kuliah, susah jadinya, ya mereka mengira nanti mereka berwirausaha saja”.

Hal ini menjadi konflik bagi guru BK. Guru BK menjadi merasa tidak dihargai oleh siswa dan kebingungan dalam menyusun kegiatan pembelajaran kembali. Peran guru BK dalam perubahan sangat penting yakni sebagai tempat bagi guru lain dan siswa dalam menyiapkan mental mereka untuk siap menjalan kurikulum baru. Namun yang terjadi guru BK tidak siap dengan perubahan tersebut. Dimana hal ini disebabkan ketidakjelasan dari kurikulum baru yang terima oleh sekolah. Belum adanya petunjuk jelas dalam melakukannya, sehingga membuat guru BK tidak memiliki gambaran yang jelas mengenai kurikulum tersebut. Kondisi ini membuat guru BK mengalami stress dan perasaan tertekan, dan mengalami kejenuhan/*Burnout*.

“Akhirnya kami bisa apa, kondisi yang berubah-ubah ini membuat kami bingung. Sebenarnya pemerintah itu keinginannya apa. Kami jadinya bosan, ya ikutin aja, keadaan saat ini. Apa yang bisa kami perbuat terhadap siswa, ya kami lakukan, bagi siswa yang mau kuliah akan kami arahkan dengan baik”.

Wawancara ini menunjukkan bahwa guru BK mengalami kejenuhan, dilihat dari kepasrahan dan perasaan tidak mampu dalam menjalankan tugasnya sebagai guru BK. Guru BK bahkan tidak memiliki semangat membuat program-program BK. Perubahan ini membuat guru merasa terbebani dan stress karena guru mendapatkan tambahan tugas dan ketidakjelasan peran.

Dukungan Sosial

Ketidakpekaan sosial dari administratif menjadi penyebab kejenuhan atau *Burnout* pada guru BK. Berdasarkan hasil wawancara bahwa guru BK mengalami stress dan kejenuhan disebabkan oleh kenakalan siswa, kelas yang tidak disiplin seperti siswa mengganggu temannya, melukai diri sendiri, berkata kasar, menyerang teman dan sebagainya. Kondisi ini membuat guru BK sering mengeluhkan perilaku ini kepada pihak administratif seperti pimpinan, rekan kerja, dan manajemen sekolah termasuk kepada orang tua siswa, namun pihak administratif tidak peduli dan tidak mendukung guru BK dalam menghadapi hal tersebut. Tidak adanya perhatian dari pimpinan dan rekan kerja dalam menangani persoalan siswa, membuat guru BK mengalami kelelahan emosional. guru mengatakan:

“Dalam bekerja kami sangat butuh dukungan pihak pimpinan, untuk menguatkan peran kami dalam membimbing siswa. Kalau pimpinan tidak peduli itu akan menyulitkan bagi kami. Misalnya, pimpinan sulit menyediakan sarana yang layak untuk kami melakukan layanan kepada siswa, belum lagi rekan kerja yang menganggap kami tidak memiliki kerjaan.

Dukungan sosial dari pimpinan dan rekan kerja sangat berkaitan dengan kejenuhan dan stress kerja yang dialami oleh guru BK. Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru BK tidak mendapatkan ruangan yang layak, tidak terpenuhi kebutuhan guru BK, sedangkan rekan kerja tidak menganggap penting kehadiran guru BK di sekolah. Guru BK dianggap tidak memiliki pekerjaan, dan tidak dibolehkan oleh guru mata pelajaran untuk mendapatkan ruang khusus. Dalam menghadapi siswa, guru BK juga dihadapkan dengan tuntutan pekerjaan yang tinggi dimana guru BK dituntut untuk dapat menyelesaikan semua pekerjaan, memahami kondisi siswa dengan sepenuh hati dan tidak jarang guru BK bekerja dengan melibatkan emosinya secara berlebihan. Kondisi ini tentu sangat membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Guru mengatakan:

“Kondisi kami ini bekerja banyak, membimbing siswa yang banyak, belum lagi selalu disalah-salahkan oleh guru lain dan pimpinan, misalnya kalau kami ndak bisa menangani masalah anak, kami akan jadi sasaran kesalahan oleh pimpinan. Padahal pimpinan kurang peduli pada kegiatan yang kami lakukan, contohnya, kami tidak dikasih ruangan yang layak, kayak ginilah ruangan sempit, jadi kalau ada siswa yang curhat pribadi jadi susah. Kadang kami masih dianggap guru lain tak ada kerja.

Kehadiran rekan kerja yang memberikan dukungan berupa perhatian dan kepedulian ketika guru BK merasa marah, jenuh dan stress dapat mengurangi *Burnout* yang dialami guru. Dengan tidak adanya dukungan sosial membuat guru BK merasa tidak dihargai, dan akan membuat guru BK merasa dirinya tidak memiliki arti penting disekolah. Guru BK tidak mendapatkan dukungan dari rekan kerja, pimpinan dan orang tua siswa. Pimpinan tidak memberikan fasilitas lengkap, rekan kerja yang tidak menganggap penting keberadaan guru BK, rekan kerja menganggap guru BK tidak punya pekerjaan, jadi bisa diminta untuk menggantikan guru mata pelajaran saat tidak bisa masuk ke kelas, orang tua tidak mau bekerja sama dalam merubah perilaku negatif anak, orang tua membiarkan saja kondisi anak yang berperilaku negatif.

Dalam menjalankan tugasnya guru BK tidaklah bekerja sendiri, perlu melibatkan kepala sekolah, guru kelas dan orang tua. Dalam menjalankan tugasnya tidak jarang guru mengalami konflik dengan kepala sekolah, guru kelas dan orang tua, sampai akhirnya menemukan kesepakatan. Misalnya, kasus siswa yang melanggar aturan sekolah dan harus dikeluarkan, ini menjadi konflik yang besar bagi guru BK, dimana guru BK sudah dipercaya siswa untuk menceritakan masalahnya, tetapi malah berkhianat dengan ikut terlibat mengeluarkannya dari Sekolah. Sedangkan sekolah menuntut guru BK untuk memutuskan mengeluarkan siswa. Kondisi kesalahan pemahaman ini akan menimbulkan kelelahan pada guru BK. Ketidaktepahaman antara guru kelas, kepala sekolah, orang tua dan siswa akan menimbulkan ketegangan dan menjadi pemicu munculnya *Burnout*.

Lingkungan Dan Fasilitas Sekolah

Stress kerja yang dialami guru BK sangat dipengaruhi kondisi lingkungan kerja dan fasilitas kerja yang tersedia. Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa lingkungan kerja yang disediakan oleh Sekolah bagi guru BK dalam bekerja tidak kondusif dan bahkan bisa disebut tidak sepenuhnya layak untuk dijadikan tempat untuk melakukan konseling kepada siswa. Guru BK mengatakan:

“Pekerjaan kami sebagai guru BK tidak mudah dan harus dapat membuat nyaman siswa dalam proses pelayanan. Tentu kami membutuhkan ruangan yang baik dan layak untuk siswa nyaman dalam menceritakan segala masalahnya. Selain itu, kami juga butuh tempat yang nyaman juga untuk kami bisa konsentrasi dalam menjalankan tugas dan mencari solusi bagi siswa”.

Pekerjaan guru BK dalam melayani siswa membutuhkan konsentrasi, tenaga dan pikiran yang besar. Guru BK yang dipilih dalam penelitian ini memiliki jumlah siswa asuh yang tidak sedikit, bahkan melebihi standar yakni lebih dari 250 siswa asuh. Hal ini artinya guru BK banyak memberikan layanan kepada siswa sehingga semakin banyak layanan yang diberikan, maka semakin

dibutuhkan tenaga, ketenangan dan konsentrasi dalam memberikan bimbingan. Namun yang dialami guru BK adalah tidak mampu konsentrasi dan tenang dalam melaksanakan proses konseling, karena bekerja di lingkungan dan fasilitas terutama tempat dan ruangan yang tidak nyaman dan tidak kondusif. Kondisi ini senantiasa dialami oleh guru BK, sehingga guru BK mengalami kelelahan fisik, mental dan juga emosional, akibatnya akan menimbulkan kejenuhan.

Coping Guru BK

Kondisi kejenuhan yang dialami subjek tidak sepenuhnya tidak disadari subjek. Subjek menyebutkan banyak hal yang membuat mereka jenuh, namun semua itu membuat mereka menyadari akan solusi yang harus mereka ambil untuk mengatasi segala kejenuhan yang mereka alami. Dalam memenuhi tanggung jawab dan komitmen mereka sebagai guru bimbingan dan konseling, mereka berusaha dengan semaksimal untuk mengatasi kejenuhan tersebut. Adanya keyakinan spiritualitas bahwa semua pekerjaan yang dijalani dengan ikhlas dan menganggap pekerjaan sebagai ibadah akan menjadi amal jariyah. Selain itu, subjek Berusaha melakukan pendekatan personal dengan pimpinan, agar segala kegiatan guru BK dapat difasilitasi oleh pimpinan, walaupun hal ini tidak dilakukan oleh semua subjek. Guru mengatakan:

“Memang masalah yang kami hadapi dalam pekerjaan begitu banyak, namun bagaimana lagi, kita Cuma bisa pasrah dan sabar saja menjalani pekerjaan. Sebab pekerjaan ini sudah di berikan Allah kepada kita. Kalau kita perkuat keimanan kita, maka semua masalah siswa dan masalah pekerjaan dapat kita lewati”.

Dalam mengatasi kejenuhan tersebut, guru BK melakukan coping yakni mengembangkan spiritualitas coping. Guru BK melakukan aktivitas yang bersifat religious sehingga dapat menurunkan resiko mengalami kejenuhan. Dengan keyakinan bahwa bekerja adalah ibadah, dapat meringankan kejenuhan yang berbentuk fisik, kognitif maupun emosional yang dialami guru BK. Spiritualitas sebagai aspek yang mendasari kehidupan manusia senantiasa berperan dalam kehidupan. Sebagian besar guru BK menyakini bahwa setiap permasalahan yang dihadapi dengan sabar dan ikhlas, maka terasa ringan dijalani, kemudian guru BK juga menyakini bahwa bekerja adalah ibadah.

Dengan religiusitas yang dimiliki, diharapkan akan adanya suatu sikap penerimaan diri terhadap keadaan, tetap tenang apabila dihadapkan pada permasalahan yang kompleks dan tugas yang berat, tetap berpikir positif dan sabar. Tugas dan beban yang diemban dijadikan sebagai suatu bentuk ibadah kepada Allah *ta'ala* dan dilaksanakan dengan keikhlasan. Nilai-nilai spiritualitas yang dimiliki sebagian besar guru BK ini, telah dijelaskan dalam alquran, dalam surat Asy-Syura : 32-33. Artinya “dan diantara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah kapal-kapal yang berlayar di laut seperti gunung-gunung. Jikalau Dia menghendaki, dia akan menenangkan angin, maka jadilah kapal-kapal itu terhenti di permukaan laut. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda kekuasaan-Nya bagi setiap orang yang bersabar dan banyak bersyukur. Firman Allah *ta'ala* dalam surat Al-Baqarah : 177 artinya “ dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.

Beberapa guru BK menyebutkan bahwa kejenuhan dan stress tidak dapat dihindari. Solusi yang biasa dilakukan untuk terhindar dari kejenuhan adalah membuat siswa akrab dengan guru BK, dengan cara mengganti panggilan ibu atau bapak guru dengan sebutan ayah bagi bapak guru. sehingga siswa akan menganggap ada jarak antara guru dan siswa. Selain itu, sebagai guru BK, menganggap siswa sebagai anak sendiri, yang perlu dibina, dibimbing dan diperlakukan dengan kasih sayang, karena kalau menganggap sebagai anak diri, sehingga tidak merasa terbebani dengan tugas-tugas dalam menangani persoalan siswa.

SIMPULAN

Guru BK sekolah ditiga kota Kabupaten di Provinsi Riau mengalami kejenuhan dalam bekerja, kejenuhan tergambar dalam perilaku acuh terhadap permasalahan siswa yang tidak bisa tertangani, kelelahan fisik dan emosional, dan rendahnya minat dalam mengembangkan prestasi diri. Kejenuhan ini akan berdampak pada pekerjaan dan sekolah dimana guru BK bekerja. Kejenuhan ini muncul disebabkan oleh banyak faktor. Faktor yang menyebabkan adalah beban kerja, sistem sekolah gratis, perubahan kurikulum, dukungan sosial, dan lingkungan serta fasilitas sekolah. Dalam menghadapi kejenuhan yang dialami, guru BK berusaha untuk melakukan coping terhadap kejenuhan tersebut. Coping yang dilakukan oleh guru BK adalah mengembangkan spiritualitas dengan menganggap pekerjaan sebagai ibadah, ikhlas dan sabar dan menganggap anak didik sebagai anak sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Baldwin, K. D., Barmore, C., Suprina, J. S., & Weaver, A. (2011). Burnout syndrome in licensed mental health counselors and registered mental health counselor interns: A pilot study. In *2011 American Counseling Association Conference*.
- Caputo, J. S. 1991. *Stress and Burnout in Library Service*. Canada : The Oryx Press
- Cherniss, C. *Staff Burnout: Job Stress In Human Services*. (London: Sage, 1980).
- Cooper, C. L., & Cartwright, S. (1994). Stress-management interventions in the workplace: Stress counselling and stress audits. *British Journal of Guidance & Counselling*, 22(1), 65–73. <https://doi.org/10.1080/03069889408253666>
- Farber, B. A. 1991. *Crisis In Education : Stress and Burnout in The America Teacher*. San Fransisco, Oxford : Jossey-Bass Publishers
- Gladding, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta:Universitas Indonesia Press, 2007)
- Grosch, W., & Olsen, D.. *When Helping Starts to Hurt* (New York: Norton, 1994)
- Gunduz, B. (2012). Self-Efficacy and Burnout in Professional School Counselors. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(3), 1761–1767.
- Hendrarso, Eddy , *Bimbingan dan Konseling*, (Semarang: Swadaya Manunggal, 2003)
- Mondy, R. W. & Noe, R. M. (2005). *Human resource management*. (9th Ed.). New Jersey: Pearson.
- Ilfiandra. *Fenomena Burnout Guru SD di Kota Bandung dan Faktor- Faktor yang Melatar Belakanginya*, Jurnal Psikopaedogegia Volume 2 No 3, Mei 2011/2012
- Indri Savitri, *Burnout pada Guru Sekolah Luar Biasa Tuna Ganda (Studi kualitatif Mengenai Gambaran, Sumber, dan Proses Burnout pada Guru Sekolah Luar Biasa Tuna Ganda di Sebuah Sekolah Luar Biasa Tuna Ganda di Jakarta)*, (Laporan Penelitian Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Ketut S, Dewa. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2000.
- Kesler, K. D., *Burnout: a Multimodal Approach to Assessment and Resolution*. *Journal of Elementary School Guidance and counseling*, Vol.22 (2), 1990.h. 303-311
- Kottler, J., & Hazier, R. J. *Impaired Counselors: The Dark Side Brought into Light*, *Journal of Humanistic Education and Development*.
- Maslach and Jackson dalam David K Dodd ,*Student Burnout as a Function of Personality, Social Support, & Workload*, <https://.researchgate.net/publication/23678321>.
- Maslach, Christina *et al. Maslach Burnout Inventory*.1997(California:Consulting Psychology Press, 1997).hal.123.
- Maslach, C. (2001). *Job Burnout*, *Annual Review of Psychology*, www.Annualreviews.org/maslach.

- Miles, M.B. & Huberman, A.M. 1994. *Qualitative Data Analysis*. London : Sage Publishers.
- Mulyasa, Menjadi Guru Profesional: Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan, cet ke-10, (Bandung: Rosdakarya, 2011)
- Pines, A. & Aronson, E, *Career Burnout: Causes and Cures* (New York: The Free Press, 1989)
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.35 tahun 2010 tentang jabatan fungsional guru dan angka kreditnya.
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004
- Poerwandari, E. K. (2005). Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia (edisi. Ketiga). Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Robert McNergney & Carol Carrier, *Teacher Development*, (New York: Macmillan Publishing, 1981)
- Sarafino, E. P.. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. 3rd Edition*(New York: John Wiley & Sons, 1980)
- Sandi Ayu Wulandari, *Persepsi Dukungan Sosial Rekan Kerjadian Burnout Pada Teller Bank*, Jurnal Online Psikologi. Vo101 No.02.(2013)
- Schaufeli, W.B. and Enzmann, D. (1998), *The Burnout Companion to Study and Research: A Critical Analysis*, Taylor & Francis, London.
- Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. *Profesional Burnout: Recent Development In Theory and Research* (Washington DC: Routledge the Taylor & Francis Group, 1993)
- Suyanto, Asep Jihad, *Guru Profesional: Strategi Meningkatkan Kualifikasi dan Kualitas Guru di Era Global*, (Jakarta: Esensi Erlangga Group, 2013)
- Sugiyono. (2014) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Taylor, S. E. *Health Psychology. 4th Edition*.(Singapore: McGraw Hill Inc, 1999)
- Wally, N & Hubby, G, Working Student and Education Problem. <http://ericae.net/edo/ED414521.htm>.
- Wally, N & Hubby, G, Working Student and Education Problem. <http://ericae.net/edo/ED414521.htm>
- Wilkerson, K., & Bellini, J. *Intrapersonal and Organizational Factors Associated with Burnout among School Counselors*. *Journal of Counseling and Development*, 2006. h. 84-90,