
Workload Management Dalam BK Sekolah: Systematic Review Tentang Rasio Konselor Dan Dampaknya Pada Mutu Layanan

Windri Citrawardhani¹⁾, Uman Suherman²⁾

^{1,2)}Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia

Email: windri.citrawarhani@upi.edu
umans@upi.edu

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau secara sistematis hubungan antara rasio konselor–siswa, manajemen beban kerja, dan dampaknya terhadap kualitas layanan serta kesejahteraan konselor sekolah. Pendekatan yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) dengan menganalisis tiga puluh artikel ilmiah yang diterbitkan pada rentang tahun 2013–2025 melalui teknik sintesis tematik. Hasil kajian menunjukkan bahwa rasio konselor–siswa yang tidak ideal secara konsisten meningkatkan beban kerja administratif, mengurangi frekuensi layanan tatap muka, dan menurunkan efektivitas intervensi konseling. Beban kerja yang tinggi juga berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis konselor, termasuk meningkatnya stres kerja dan penurunan kepuasan profesional. Sebaliknya, dukungan kelembagaan, supervisi efektif, serta pembagian tugas yang proporsional terbukti meningkatkan mutu layanan dan menekan risiko burnout. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kebijakan manajemen beban kerja konselor sekolah perlu disusun berbasis rasio ideal, kesejahteraan profesional, dan prinsip efisiensi layanan agar praktik BK di sekolah dapat berjalan secara optimal dan berkelanjutan.

Kata kunci: Manajemen beban kerja, rasio konselor–siswa, mutu layanan BK, kesejahteraan konselor

Abstract

This study aims to systematically review the relationship between the counselor–student ratio, workload management, and their impact on service quality and the well-being of school counselors. The approach employed was a Systematic Literature Review (SLR), analyzing thirty scholarly articles published between 2013 and 2025 using a thematic synthesis technique. The findings indicate that non-ideal counselor–student ratios consistently increase administrative workload, reduce the frequency of face-to-face counseling services, and decrease the effectiveness of counseling interventions. Excessive workload also has a negative impact on counselors' psychological well-being, including increased work-related stress and reduced professional satisfaction. Conversely, institutional support, effective supervision, and proportional task distribution have been shown to improve service quality and reduce the risk of burnout. This study concludes that school counselor workload management policies should be developed based on ideal counselor–student ratios, professional well-being, and principles of service efficiency to ensure that guidance and counseling practices in schools can operate optimally and sustainably.

Keywords: Workload management; counselor–student ratio; quality of guidance and counseling services; counselor well-being

PENDAHULUAN

Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah merupakan komponen integral dalam sistem pendidikan yang bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan optimal secara akademik, pribadi, sosial, dan karier. Dalam konteks pendidikan Indonesia, keberadaan guru Bimbingan dan Konseling (konselor sekolah) memiliki peran strategis sebagai fasilitator perkembangan peserta didik melalui layanan preventif, kuratif, dan pengembangan potensi. Namun demikian, efektivitas layanan BK sangat dipengaruhi oleh rasio antara jumlah konselor dan peserta didik yang dilayani. Permasalahan klasik yang kerap muncul adalah ketidakseimbangan rasio tersebut, di mana jumlah siswa yang harus dilayani jauh melampaui kapasitas ideal seorang konselor. Ketimpangan ini berimplikasi langsung terhadap efektivitas layanan, kesejahteraan kerja konselor, serta mutu hasil layanan BK di sekolah.

Secara normatif, Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling menetapkan bahwa rasio ideal konselor dengan peserta didik

di sekolah adalah 1:150 untuk jenjang SMP/SMA/SMK. Namun, fakta di lapangan menunjukkan rasio tersebut sering kali tidak terpenuhi. Di banyak sekolah, satu konselor harus menangani lebih dari 300 bahkan 500 siswa (Suherman, 2019; Solehuddin & Yusuf, 2021). Ketimpangan ini menyebabkan beban kerja (workload) konselor meningkat secara signifikan, baik dalam aspek administratif maupun pelaksanaan layanan langsung. Kondisi tersebut tidak hanya memengaruhi efektivitas layanan, tetapi juga berdampak pada stres kerja, kelelahan emosional, dan penurunan motivasi profesional (Putra, 2022). Akibatnya, tujuan utama layanan BK untuk mengoptimalkan perkembangan peserta didik menjadi sulit tercapai secara maksimal.

Beban kerja konselor tidak hanya terkait dengan jumlah siswa yang dilayani, tetapi juga dengan kompleksitas permasalahan yang dihadapi peserta didik. Fenomena sosial seperti kekerasan digital, kecanduan gawai, tekanan akademik, hingga isu kesehatan mental pasca-pandemi menuntut konselor untuk bekerja lebih intensif dan adaptif (Rahman, 2023). Dalam kondisi demikian, manajemen beban kerja menjadi kunci penting agar konselor mampu memberikan layanan yang efektif tanpa mengorbankan kesejahteraan psikologisnya. Penelitian-penelitian sebelumnya menegaskan bahwa manajemen beban kerja yang baik dapat meningkatkan performa konselor, kepuasan kerja, serta kualitas interaksi dengan siswa (Uman Suherman, 2020; Yusuf & Nurihsan, 2018). Oleh karena itu, kebijakan rasio konselor dan pengelolaan beban kerja merupakan isu strategis yang perlu dikaji secara sistematis.

Kebijakan rasio konselor tidak dapat dilepaskan dari perspektif manajemen pendidikan dan kesejahteraan tenaga pendidik. Di negara-negara maju seperti Amerika Serikat, The American School Counselor Association (ASCA) merekomendasikan rasio ideal 1:250 (ASCA, 2021). Penelitian di berbagai konteks menunjukkan bahwa rasio yang tidak proporsional menyebabkan peningkatan beban kerja administratif, pengurangan waktu tatap muka dengan siswa, dan menurunnya efektivitas intervensi konseling (Wilkerson, 2019). Sementara di Indonesia, meskipun kebijakan nasional telah mengatur standar rasio, implementasinya sering terkendala oleh keterbatasan sumber daya manusia, distribusi tidak merata, dan kurangnya supervisi kebijakan di tingkat daerah (Suherman & Sutoyo, 2017). Dengan demikian, kajian sistematis terhadap kebijakan rasio dan implikasinya terhadap mutu layanan serta kesejahteraan konselor menjadi penting untuk menghasilkan rekomendasi berbasis bukti (evidence-based policy).

Secara konseptual, beban kerja konselor mencakup dua dimensi utama: kuantitatif dan kualitatif. Beban kerja kuantitatif mencerminkan jumlah tugas dan waktu yang harus diselesaikan, sementara beban kerja kualitatif mencakup tingkat kesulitan, tanggung jawab emosional, dan kompleksitas kasus (Novitasari, 2022). Ketidakseimbangan kedua dimensi ini dapat mengarah pada burnout, penurunan kepuasan kerja, dan bahkan menurunnya kualitas hubungan terapeutik dengan siswa. Uman Suherman (2020) menekankan pentingnya “keseimbangan profesional” dalam praktik BK, yaitu kondisi di mana konselor mampu menjaga keseimbangan antara tuntutan administratif, profesionalisme, dan kesejahteraan pribadi. Konsep ini menunjukkan bahwa efektivitas layanan BK tidak hanya bergantung pada keterampilan konselor, tetapi juga pada sistem manajemen beban kerja yang mendukung.

Berbagai studi internasional maupun nasional menunjukkan bahwa rasio konselor-siswa yang tidak ideal berdampak negatif terhadap kualitas layanan BK. Carey dan Dimmitt (2017) menemukan bahwa peningkatan rasio secara signifikan menurunkan frekuensi interaksi konselor dengan siswa, mengurangi kegiatan preventif, dan membatasi pelaksanaan asesmen perkembangan. Di Indonesia, penelitian oleh Yusuf dan Suherman (2018) menunjukkan bahwa beban kerja yang berlebihan menghambat pelaksanaan fungsi pengembangan dan pencegahan dalam BK karena konselor cenderung terjebak dalam tugas administratif dan penanganan kasus individual. Dengan demikian, persoalan rasio bukan hanya isu kuantitatif, tetapi juga terkait dengan kualitas peran konselor dalam membangun iklim psikologis yang kondusif bagi perkembangan siswa.

Masalah rasio konselor terhadap siswa juga berdampak pada kesejahteraan psikologis konselor itu sendiri. Studi oleh Wilkerson (2019) dan Lee (2020) menunjukkan bahwa beban kerja tinggi berkorelasi positif dengan tingkat stres, kelelahan emosional, dan turnover intention di kalangan konselor sekolah. Dalam konteks Indonesia, hasil riset Uman Suherman (2020) menunjukkan adanya kecenderungan “role strain” di mana konselor merasa tidak mampu memenuhi harapan profesional karena keterbatasan waktu dan sumber daya. Hal ini menimbulkan disonansi profesional yang pada akhirnya memengaruhi kualitas hubungan konseling dengan siswa. Oleh karena itu, pendekatan manajemen beban kerja diperlukan untuk menjaga keberlanjutan kinerja dan kesejahteraan konselor.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan Systematic Literature Review (SLR) mengenai manajemen beban kerja konselor sekolah dengan fokus pada kebijakan rasio konselor-siswa, beban kerja aktual, serta dampaknya terhadap mutu layanan dan kesejahteraan konselor. Melalui pendekatan ini, penelitian berusaha menyintesis berbagai temuan empiris dan kebijakan yang ada guna membangun pemahaman komprehensif tentang bagaimana rasio dan manajemen beban kerja memengaruhi efektivitas layanan BK. Kajian ini juga akan mengidentifikasi praktik-praktik terbaik (best practices) di tingkat internasional serta menawarkan implikasi kebijakan yang relevan bagi konteks pendidikan Indonesia. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pembuat kebijakan, lembaga pendidikan, dan asosiasi profesi BK dalam merancang kebijakan yang lebih adil, efektif, dan berorientasi pada kesejahteraan konselor serta kualitas layanan siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) untuk menelusuri, menganalisis, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu terkait manajemen beban kerja konselor sekolah, kebijakan rasio konselor-siswa, serta implikasinya terhadap mutu layanan dan kesejahteraan kerja konselor. Prosedur kajian mengikuti panduan PRISMA 2020 yang meliputi tahap identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, dan inklusi. Literatur dikumpulkan dari basis data nasional dan internasional (Scopus, ERIC, ScienceDirect, SpringerLink, Google Scholar, Garuda, dan Sinta 3–6) dengan rentang publikasi tahun 2013–2025. Fokus kajian mencakup konteks pendidikan dasar dan menengah, baik di Indonesia maupun internasional, dengan sumber berupa artikel jurnal bereputasi, prosiding, laporan kebijakan, dan buku akademik relevan bidang Bimbingan dan Konseling serta Manajemen Pendidikan.

Seleksi artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat, menghasilkan 30 artikel final dari 1.120 temuan awal. Data diekstraksi menggunakan lembar pencatatan yang memuat konteks penelitian, fokus kajian, desain metodologis, serta temuan utama terkait rasio konselor-siswa, beban kerja, mutu layanan, dan kesejahteraan konselor. Analisis dilakukan secara tematik menggunakan model Braun dan Clarke untuk mengidentifikasi pola dan kecenderungan temuan lintas studi, didukung analisis bibliometrik deskriptif. Keandalan dan validitas sintesis dijaga melalui audit trail, triangulasi sumber, *peer debriefing*, serta kesepakatan antar peneliti dengan indeks Cohen’s Kappa minimal 0,80.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur menggunakan protokol PRISMA 2020, diperoleh 30 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi dan relevansi dengan topik manajemen beban kerja konselor sekolah. Artikel-artikel tersebut mencakup publikasi dari tahun 2013–2025, yang berasal dari berbagai negara seperti Indonesia, Amerika Serikat, Inggris, Korea Selatan, dan Malaysia. Seluruh literatur yang dianalisis mencakup isu rasio konselor terhadap siswa, beban

kerja, efektivitas layanan bimbingan dan konseling (BK), serta kesejahteraan atau burnout konselor.

Secara umum, hasil analisis menunjukkan tiga temuan utama:

1. Rasio konselor–siswa di banyak negara masih belum ideal, menyebabkan peningkatan beban kerja administratif dan penurunan intensitas layanan tatap muka.
2. Beban kerja berlebih berdampak langsung terhadap kualitas layanan BK, terutama dalam fungsi pencegahan dan pengembangan diri siswa.
3. Kesejahteraan konselor (well-being) menjadi faktor moderasi penting yang memengaruhi keberhasilan layanan BK di sekolah.

Selain itu, studi-studi di Indonesia, terutama karya Uman Suherman (2017, 2019, 2020), menyoroti perlunya kebijakan nasional yang lebih realistis terkait rasio dan distribusi konselor. Uman menekankan bahwa sistem manajemen beban kerja konselor yang proporsional dapat meningkatkan mutu layanan dan mengurangi stres profesional.

Berikut disajikan Tabel 1 yang memuat distribusi artikel berdasarkan domain penelitian dan pendekatan metodologis yang digunakan.

Tabel 1. Distribusi Artikel Berdasarkan Domain Penelitian dan Metode

| No | Domain Penelitian | Jumlah Studi | Desain Penelitian | Fokus Utama |
|----|---|--------------|--|---|
| 1 | Kebijakan Rasio Konselor–Siswa | 8 | Kualitatif, Studi Kebijakan | Evaluasi implementasi rasio ideal & realitas lapangan |
| 2 | Beban Kerja dan Efektivitas Layanan BK | 10 | Mixed Methods, Survei | Dampak beban kerja terhadap mutu layanan |
| 3 | Kesejahteraan dan Stres Kerja Konselor | 5 | Kuantitatif-Korelasional | Hubungan antara beban kerja, burnout, dan kesejahteraan |
| 4 | Strategi Manajemen Beban Kerja | 4 | Kualitatif (Fenomenologi, Studi Kasus) | Mekanisme adaptasi dan strategi pengelolaan waktu |
| 5 | Model Supervisi dan Kebijakan Institusional | 3 | Studi Evaluatif & Meta-Analisis | Peran organisasi sekolah dalam mendukung konselor |

Sumber: Hasil sintesis literatur berdasarkan 30 artikel yang memenuhi kriteria inklusi (2013–2025).

1. Kebijakan Rasio Konselor dan Realitas Lapangan

Kebijakan rasio konselor–siswa merupakan aspek paling sering dibahas dalam literatur. Secara internasional, American School Counselor Association (ASCA, 2021) merekomendasikan rasio 1:250, sementara Indonesia menetapkan rasio 1:150 (Permendikbud No.111 Tahun 2014). Namun, sebagian besar penelitian mengungkapkan bahwa rasio faktual di sekolah-sekolah jauh melampaui angka ideal tersebut.

Penelitian oleh Carey dan Dimmitt (2017) di AS menunjukkan bahwa peningkatan rasio dari 1:250 menjadi 1:400 mengakibatkan penurunan signifikan dalam waktu tatap muka siswa–konselor, serta meningkatnya tugas administratif yang tidak relevan dengan fungsi konseling. Hasil serupa ditemukan oleh Wilkerson (2019), yang menunjukkan bahwa setiap kenaikan 100 siswa per konselor berkorelasi negatif dengan kualitas layanan individual.

Di Indonesia, Uman Suherman (2019) menemukan bahwa lebih dari 70% konselor sekolah menengah pertama menangani lebih dari 400 siswa per orang, terutama di wilayah urban padat seperti Bandung, Bekasi, dan Surabaya. Rasio yang tidak proporsional ini menyebabkan layanan BK cenderung reaktif (berbasis masalah) daripada preventif (berbasis pengembangan). Dalam publikasinya tahun 2020, Uman menegaskan bahwa kebijakan rasio tidak hanya persoalan angka, tetapi menyangkut sistem penugasan dan peran profesional konselor di sekolah yang belum dimaksimalkan secara institusional.

2. Beban Kerja dan Dampaknya terhadap Kualitas Layanan

Aspek kedua yang dominan dalam hasil tinjauan ini adalah beban kerja konselor yang berlebihan. Sebagian besar literatur menggambarkan bahwa beban kerja tinggi berkaitan erat dengan penurunan mutu layanan BK. Hal ini terjadi karena proporsi waktu kerja konselor lebih

banyak terserap pada kegiatan administratif (pelaporan, dokumentasi, input data e-rapor BK) daripada interaksi langsung dengan siswa.

Solehuddin dan Yusuf (2021) menemukan bahwa rata-rata guru BK di sekolah negeri menghabiskan lebih dari 40% waktu kerjanya untuk administrasi, sementara hanya 25–30% waktu digunakan untuk konseling tatap muka. Kondisi serupa juga dilaporkan oleh Putra (2022), yang menyoroti adanya “beban kerja ganda” ketika guru BK merangkap tugas mengajar mata pelajaran lain. Akibatnya, layanan bimbingan menjadi tidak optimal, dan siswa sering tidak memperoleh bantuan psikologis sesuai kebutuhan.

Uman Suherman (2020) menyoroti hal serupa dalam konteks Indonesia: manajemen beban kerja yang buruk berimplikasi langsung terhadap kelelahan emosional dan penurunan motivasi profesional. Menurutnya, manajemen beban kerja tidak hanya perlu diatur melalui kebijakan rasio, tetapi juga melalui mekanisme supervisi kepala sekolah dan pembagian tugas yang proporsional antar konselor.

3. Pola Hubungan antara Beban Kerja dan Efektivitas Layanan

Hasil meta-sintesis menunjukkan pola yang konsisten: semakin tinggi beban kerja, semakin rendah tingkat efektivitas layanan konselor. Pola ini dapat dijelaskan melalui model Job Demand–Resources (JD-R) yang dikemukakan oleh Bakker dan Demerouti (2017), di mana ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan (*job demand*) dan sumber daya (*resources*) menyebabkan penurunan performa dan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks BK, rasio siswa yang terlalu tinggi merupakan bentuk *job demand*, sementara dukungan institusional dan supervisi adalah *resources* yang menentukan daya tahan profesional konselor.

Penelitian oleh Suherman & Sutoyo (2017) menunjukkan bahwa di sekolah-sekolah dengan dukungan organisasi yang baik (misalnya, adanya pembagian wilayah layanan antar konselor), kualitas layanan meningkat signifikan meskipun rasio siswa relatif tinggi. Sebaliknya, sekolah tanpa sistem manajemen beban kerja yang jelas mengalami tingkat stres konselor dua kali lebih tinggi dan produktivitas layanan menurun.

Dengan demikian, kebijakan rasio yang ideal perlu disertai mekanisme pendukung berupa manajemen waktu, supervisi profesional, dan pembagian tanggung jawab yang adil antar konselor agar layanan BK tetap berkualitas.

Karakteristik Artikel dan Fokus Penelitian

Berikut ini merupakan hasil kompilasi 30 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi berdasarkan hasil SLR. Setiap artikel mencakup informasi tentang penulis & tahun, negara/konteks penelitian, fokus kajian, desain penelitian, serta temuan utama yang relevan dengan topik rasio konselor, beban kerja, kualitas layanan, dan kesejahteraan konselor.

Tabel 2. Karakteristik Artikel yang Dianalisis dalam SLR

| No | Penulis & Tahun | Negara/Konteks | Fokus Kajian | Desain Penelitian | Temuan Utama |
|----|---------------------------|----------------|---|-----------------------|---|
| 1 | Suherman, U. (2019) | Indonesia | Rasio konselor dan beban kerja profesional | Kualitatif deskriptif | Sebagian besar konselor menangani >400 siswa; beban administrasi tinggi menurunkan efektivitas layanan. |
| 2 | Suherman, U. (2020) | Indonesia | Keseimbangan profesional dan kesejahteraan konselor | Studi fenomenologi | Beban kerja yang proporsional meningkatkan kepuasan kerja dan kinerja layanan. |
| 3 | Suherman & Sutoyo (2017) | Indonesia | Profesionalisme konselor dan kebijakan rasio | Studi kebijakan | Distribusi konselor tidak merata; rasio ideal sulit dicapai tanpa kebijakan afirmatif daerah. |
| 4 | Solehuddin & Yusuf (2021) | Indonesia | Implementasi kebijakan BK di sekolah | Evaluatif | Rasio tinggi menyebabkan dominasi pekerjaan administratif dan menurunkan |

| | | | | | |
|----|------------------------------------|-----------------|--|--------------------------|---|
| | | | | | layanan tatap muka. |
| 5 | Putra (2022) | Indonesia | Stres kerja guru BK di SMA | Kuantitatif korelasional | Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres dan kepuasan kerja rendah. |
| 6 | Rahman (2023) | Indonesia | Tantangan konselor di era digital | Mixed methods | Konselor mengalami peningkatan beban emosional karena kasus digital bullying dan kecanduan gawai. |
| 7 | Yusuf & Nurihsan (2018) | Indonesia | Landasan konseptual BK dan etika profesi | Analisis konseptual | Keseimbangan rasio penting untuk menjaga etika layanan dan fokus pada fungsi pengembangan. |
| 8 | Carey & Dimmitt (2017) | Amerika Serikat | Dampak rasio terhadap hasil akademik siswa | Kuantitatif komparatif | Sekolah dengan rasio <1:250 menunjukkan hasil akademik siswa lebih baik secara signifikan. |
| 9 | Wilkerson (2019) | Amerika Serikat | Stres peran dan burnout konselor | Kuantitatif korelasional | Semakin tinggi caseload, semakin tinggi stres dan niat keluar profesi. |
| 10 | Lee (2020) | Amerika Serikat | Kepuasan kerja konselor | Meta-analisis | Rasio yang ideal berkorelasi positif dengan kesejahteraan dan efektivitas layanan. |
| 11 | Kim & Cho (2018) | Korea Selatan | Hubungan rasio dan kualitas layanan BK | Survei nasional | Rasio tinggi (1:500) menurunkan intensitas layanan preventif dan hubungan konselor-siswa. |
| 12 | Miller, Wilkerson & Bellini (2021) | AS | Caseload dan efektivitas konseling | Mixed methods | Rasio tinggi mengurangi durasi dan kedalaman konseling individual. |
| 13 | Carey, Harrington & Martin (2019) | Inggris | Evaluasi kebijakan nasional BK | Evaluasi kebijakan | Rasio konselor yang tidak proporsional menurunkan capaian program bimbingan karier. |
| 14 | McCarthy et al. (2018) | Kanada | Stresor kerja konselor sekolah | Survei kuantitatif | Beban kerja administratif menjadi sumber utama stres dibanding kasus konseling. |
| 15 | Baker & Gerler (2020) | Australia | Manajemen beban kerja konselor | Kualitatif naratif | Supervisi kepala sekolah berperan penting dalam pengelolaan waktu dan beban kerja. |
| 16 | Brown & Trusty (2019) | AS | Model supervisi BK | Studi evaluatif | Pembagian tanggung jawab antar konselor menurunkan stres dan meningkatkan kepuasan kerja. |
| 17 | Leuwerke & Young (2021) | AS | Burnout dan manajemen tugas BK | Mixed methods | Dukungan institusional dan rasio kecil mengurangi risiko burnout. |
| 18 | Jang & Park (2022) | Korea Selatan | Kepuasan kerja dan keseimbangan beban | Survei | Rasio tinggi meningkatkan intensitas stres dan niat berpindah profesi. |
| 19 | Chen & Tsai (2021) | Taiwan | Model pengukuran beban kerja konselor | Kuantitatif eksploratif | Rasio dan kompleksitas kasus berpengaruh signifikan terhadap performa BK. |
| 20 | Chong, Lin & Chen (2022) | Malaysia | Sistem layanan BK di universitas | SLR | Sistem supervisi berbasis beban kerja meningkatkan efektivitas intervensi mahasiswa. |
| 21 | Morrow (2018) | Amerika Serikat | Kelelahan emosional dalam BK | Studi longitudinal | Burnout meningkat jika rasio melebihi batas 1:350 dan tidak ada dukungan |

| | | | | | |
|----|----------------------------|-----------|---------------------------------------|-------------------------|---|
| | | | | | administratif. |
| 22 | Soleman et al. (2020) | Indonesia | Persepsi guru BK tentang rasio | Survei | Konselor menganggap rasio ideal sulit diterapkan karena keterbatasan formasi ASN. |
| 23 | Hill (2019) | Inggris | Efektivitas layanan konseling sekolah | Mixed methods | Kualitas layanan menurun signifikan jika beban kerja melebihi 40 jam/minggu. |
| 24 | Phelps & Wilczenski (2017) | AS | Administrasi dan fungsi konseling | Kuantitatif | 46% waktu konselor digunakan untuk tugas non-konseling. |
| 25 | Torres & González (2020) | Spanyol | Pengaruh dukungan organisasi | Survei | Dukungan kepala sekolah menurunkan stres dan meningkatkan performa layanan. |
| 26 | Fadhilah (2021) | Indonesia | Strategi pengelolaan waktu guru BK | Kualitatif fenomenologi | Konselor berpengalaman menggunakan strategi prioritas kasus untuk menekan stres kerja. |
| 27 | Suherman (2021) | Indonesia | Supervisi profesional BK | Analisis deskriptif | Supervisi efektif membantu distribusi beban kerja dan meningkatkan mutu layanan. |
| 28 | Novitasari (2022) | Indonesia | Beban kerja dan kesejahteraan guru BK | Survei kuantitatif | Terdapat hubungan negatif antara beban kerja dan kesejahteraan psikologis. |
| 29 | Rahimi & Hamid (2023) | Malaysia | Job satisfaction among counselors | Cross-sectional | Faktor beban kerja menjadi prediktor terbesar kepuasan kerja konselor. |
| 30 | Yusuf (2024) | Indonesia | Evaluasi kebijakan BK pasca-pandemi | Studi kebijakan | Rasio dan beban kerja meningkat pasca-COVID; perlu kebijakan redistribusi formasi konselor. |

Analisis Awal dari Karakteristik Artikel

Dari Tabel 2 di atas, dapat disimpulkan bahwa:

- Sebanyak 15 dari 30 penelitian (50%) menggunakan pendekatan kuantitatif (survei, korelasi, atau meta-analisis).
- 10 penelitian (33%) menggunakan pendekatan kualitatif, terutama fenomenologi dan studi kebijakan.
- 5 penelitian (17%) menggunakan metode *mixed methods* atau *Systematic Literature Review*.

Distribusi penelitian menunjukkan bahwa topik beban kerja dan kesejahteraan konselor menjadi fokus dominan dalam kajian bimbingan dan konseling, diikuti oleh pembahasan mengenai rasio ideal konselor–peserta didik serta tantangan implementasinya dalam kebijakan sekolah. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa profesionalisme konselor tidak dapat dilepaskan dari pengelolaan beban kerja yang realistis dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis. Berbagai studi menekankan pentingnya keseimbangan antara tuntutan administratif, layanan konseling, dan kapasitas emosional konselor agar kualitas layanan tetap terjaga dan keberlanjutan praktik profesional dapat dipertahankan.

KESIMPULAN

Hasil kajian sistematis ini menegaskan bahwa manajemen beban kerja konselor sekolah berperan sentral dalam menentukan efektivitas layanan Bimbingan dan Konseling (BK) serta kesejahteraan profesional konselor. Ketidakseimbangan rasio konselor–siswa yang melebihi standar ideal terbukti memperberat beban kerja, menurunkan kualitas interaksi konseling, dan

meningkatkan stres kerja konselor. Sebaliknya, kebijakan rasio yang realistis dan dukungan kelembagaan yang memadai mampu memperkuat mutu layanan, mendorong efisiensi waktu kerja, serta menjaga kesehatan psikologis dan motivasi profesional konselor. Hasil tinjauan juga menegaskan bahwa keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya organisasi merupakan faktor kunci dalam menciptakan layanan BK yang efektif dan berkelanjutan. Dengan demikian, kebijakan manajemen beban kerja tidak hanya perlu diarahkan pada penyesuaian jumlah konselor, tetapi juga pada perancangan sistem supervisi, distribusi tugas, dan kebijakan kesejahteraan yang berpihak pada kualitas hidup serta kinerja konselor sekolah.

REFERENSI

- American School Counselor Association. (2021). *ASCA National Model: A Framework for School Counseling Programs* (4th ed.). Alexandria, VA: Author.
- Baker, T., & Gerler, E. (2020). *Workload management among Australian school counselors*. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 30(2), 198–214.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). *Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward*. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). *Reflecting on reflexive thematic analysis*. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589–597.
- Carey, J., & Dimmitt, C. (2017). *Comprehensive school counseling programs and student outcomes: A review of research*. *Professional School Counseling*, 20(1), 1096–2409.
- Chen, W., & Tsai, C. (2021). *Measuring workload and counseling performance in Taiwan schools*. *Asian Journal of Educational Psychology*, 13(1), 56–69.
- Chong, S. W., Lin, T. J., & Chen, Y. (2022). *Systematic review of counseling workload systems in higher education*. *Educational Research Review*, 35, 100426.
- Fadhilah, R. (2021). *Strategi pengelolaan waktu guru BK di sekolah menengah*. *Jurnal Bimbingan Konseling Nusantara*, 7(2), 122–134.
- Jang, H., & Park, M. (2022). *Work stress and job satisfaction among Korean school counselors*. *Korean Journal of Educational Psychology*, 40(3), 245–261.
- Kim, Y., & Cho, H. (2018). *School counselor workload and student support outcomes in Korean schools*. *Asian Journal of Counseling*, 25(2), 101–120.
- Kitchenham, B., & Charters, S. (2007). *Guidelines for performing Systematic Literature Reviews in software engineering*. EBSE Technical Report, Keele University.
- Lee, S. M. (2020). *Burnout and job satisfaction among school counselors: A meta-analysis*. *Journal of Counseling and Development*, 98(3), 310–322.
- McCarthy, C., et al. (2018). *School counselor stressors and coping strategies*. *Canadian Journal of Counseling*, 52(1), 33–50.
- Miller, J., Wilkerson, K., & Bellini, J. (2021). *The impact of caseload on school counselor effectiveness*. *Journal of School Counseling*, 19(22), 1–15.
- Novitasari, D. (2022). *Beban kerja guru BK dan kesejahteraan profesional di sekolah menengah*. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 8(2), 233–245.
- Page, M. J., et al. (2021). *The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews*. *BMJ*, 372, n71.
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2016). *Systematic Reviews in the Social Sciences: A Practical Guide*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Putra, R. D. (2022). *Dinamika stres kerja guru BK di sekolah menengah atas*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 55–68.
- Rahimi, N., & Hamid, S. (2023). *Predictors of counselor job satisfaction in Malaysia*. *International Journal of Education*, 11(2), 88–102.
- Rahman, A. (2023). *Tantangan konselor sekolah dalam era digitalisasi dan kesehatan mental siswa*. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 9(3), 141–156.
- Snyder, H. (2019). *Literature review as a research methodology: An overview and guidelines*. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.
- Solehuddin, M., & Yusuf, S. (2021). *Kebijakan dan implementasi layanan BK di sekolah: Evaluasi rasio konselor terhadap siswa*. Bandung: UPI Press.

- Suherman, U. (2019). *Manajemen profesional konselor sekolah di Indonesia*. Jurnal Fokus Konseling, 5(1), 45–58.
- Suherman, U., & Sutoyo, A. (2017). *Peta profesionalisme konselor Indonesia: Tantangan rasio dan mutu layanan*. Jurnal Kajian Pendidikan, 12(3), 177–192.
- Torres, P. V., & González, C. (2020). *Organizational support and workload among Spanish counselors*. Journal of Workplace Psychology, 15(3), 147–161.
- Torres-Carrión, P. V., González-González, C. S., Aciar, S., & Rodríguez-Morales, G. (2018). *Methodology for systematic literature review applied to engineering and education*. IEEE EDUCON, 1364–1373.
- Uman Suherman (2019–2021). *Seri Profesionalisme Konselor Sekolah*. Bandung: UPI Press.
- Wilkerson, K. (2019). *Role stress and burnout among school counselors: A review of research*. Journal of Counseling Leadership, 97(4), 255–267.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2018). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya