

**REPRESENTASI TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN
KONSELING PADA FILM BUDI PEKERTI**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Memperoleh Gelas Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Disusun Oleh :

Aprilia Laurita Adriana

2101016003

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2025

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lamp : -

Hal : Persetujuan Naskah Proposal Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya. Maka kami menyatakan bahwa proposal skripsi saudara;

Nama : Aprilia Laurita Adriana

NIM : 2101016003

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

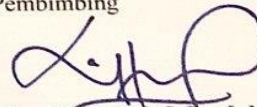
Judul : **Representasi Teknik Refleksi Dalam Layanan Bimbingan
Konseling Pada Film Budi Pekerti.**

Dengan ini kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 20 Maret 2025

Pembimbing



Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I

NIP 198203072007102001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

REPRESENTASI TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FILM BUDI PEKERTI

Disusun Oleh:
Aprilia Laurita Adriana
2101016003

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Kamis, 09 April 2025 dan dinyatakan
telah LULUS memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua



H. Widayat Mintarsih, M.Pd
NIP. 196909012005012001

Sekretaris



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.L., M.S.I
NIP. 198203072007102001

Penguji I



Yuli Nur Khaanah, S.Ag., M.Hum
NIP. 197107291997032005

Penguji II



Chyndy Febrindasari, S.Pd., M.A
NIP. 199002232020122003

Mengetahui,
Pembimbing



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.L., M.S.I
NIP. 198203072007102001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal, 06 Mei 2025



Dr. Moh. Fauzi, M.Ag
NIP. 197205171998031003

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini tidak mengandung karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di perguruan tinggi mana pun, kecuali telah disebutkan secara eksplisit dalam kutipan dan daftar pustaka. Saya bertanggung jawab penuh atas keaslian dan kebenaran isi skripsi ini. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 24 Maret 2025

Tanda Tangan



Aprilia Laurita Adriana

NIM: 2101016003

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Representasi Teknik Refleksi Dalam Layanan Bimbingan Konseling Pada Film Budi Pekerti" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam fakultas Dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H Nizar Ali, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. H. Moh. Fauzi, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Dr. Ema Hidayanti, S.Sos,I, M.S.I, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam sekaligus dosen pembimbing yang dengan sabar telah memberikan arahan, motivasi, dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini dan Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd, selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
4. Para dosen dan staf akademik Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu serta bantuan selama masa perkuliahan.
5. Seluruh anggota keluarga besar Bapak Ahmadi dan Ibu Rima, serta Mbak Jun dan Mbak Anif, yang senantiasa memberikan perhatian, nasihat, dukungan, serta doa tulus dalam setiap tahap perjalanan hidup penulis.
6. Teman-teman Y45 Menwa UIN Walisongo Semarang yang senantiasa membantu dan menemani dari Maba sampai di semester akhir ini.
7. Teman-teman BPI A 2021 yang telah membantu dan mendukung penulis dalam masa perkuliahan dari awal hingga akhir.

8. Teman-teman kontrakan 1036, terkhususnya Alfina yang sudah menemani penulis selama awal perkuliahan, saling memberi semangat dalam menjalankan study di kampus tercinta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi tambahan wawasan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 31 Maret 2025

Penulis

Aprilia Laurita Adriana

2101016003

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur dan ketulusan, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak, Ibu, Mbak Jun dan Mbak Anif yang selalu memberikan cinta, doa, dukungan, dan motivasi tiada henti dalam setiap langkah hidup saya.
2. Untuk adek-adek saya, Dek Aissy dan Dek Sasa yang selalu memberikan semangat kepada saya serta seluruh anggota keluarga besar, yang senantiasa memberikan perhatian, nasihat, dan semangat dalam perjalanan akademik saya.
3. Diriku sendiri, atas segala perjuangan, kerja keras, dan ketekunan yang telah dilakukan hingga mencapai tahap ini.
4. Almamater tercinta Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi banyak orang dan menjadi langkah awal untuk perjalanan yang lebih baik di masa depan.

MOTTO

أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

“Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat”

(QS. Al-Baqoroh ayat 241)

“Tak ada yang tahu kapan kau mencapai tuju dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab itu bersender pada waktu”

(Baskara Putra)

ABSTRAK

Nama : Aprilia Laurita Adriana

NIM : 2101016003

Judul : *Representasi Teknik Refleksi dalam Layanan Bimbingan Konseling pada Film Budi Pekerti.*

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan dan konseling yang ditampilkan dalam film *Budi Pekerti*. Teknik refleksi merupakan salah satu metode dalam konseling yang digunakan untuk membantu klien memahami perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka sehingga dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih positif. Film *Budi Pekerti* menggambarkan bagaimana seorang konselor menerapkan teknik refleksi dalam menangani berbagai permasalahan siswa, yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi untuk mengkaji adegan-adegan dalam film yang menunjukkan penerapan teknik refleksi. Data dikumpulkan melalui observasi film serta kajian literatur terkait teori bimbingan dan konseling.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling pada film *Budi Pekerti* terdiri dari tiga jenis teknik refleksi yaitu a) Refleksi perasaan digunakan untuk menunjukkan empati kepada individu yang mengalami tekanan sosial diwujudkan dengan sesi konseling antara konselor dan klien yang menunjukkan rasa empati seorang konselor kepada klien terdapat pada scene sesi konseling Bu Prani dengan Boni untuk ketenangan hati, cuplikan video hasil refleksi bu prani dan siswanya yang bernama Ayu dan sesi konseling antara Bu Prani dan Gora, b) Refleksi pikiran berperan dalam membantu individu memahami posisinya dalam suatu konflik diwujudkan dengan sikap konselor yang membantu klien untuk memperoleh pemahaman yang lebih jelas serta membuat keputusan yang lebih tepat, representasi teknik refleksi pikiran ini terdapat pada scene layanan konseling antara Bu Prani dan Lintang, selanjutnya terdapat pada scene cuplikan video hasil refleksi Bu Prani dengan mantan muridnya yang bernama Dyas dengan refleksi membantuk ludahnya sendiri dan berikutnya cuplikan scene hasil refleksi Bu Prani kepada mantan muridnya yang bernama Gora dengan di beri refleksi gali kubur, c) Refleksi pengalaman dapat mendorong individu untuk mengambil pelajaran dari peristiwa yang mereka alami di masa lalu terdapat pada scene sesi konseling Bu Prani dan Daru tentang ucapannya kepada teman sekolah, selanjutnya terdapat pada cuplikan video hasil refleksi Bu Prani kepada mantan muridnya yang bernama Bimo karena ketahuan merokok di sekolah, berikutnya scene dimana Bu Prani dan Gora di kuburan. Berdasarkan hasil analisis tiga teknik refleksi di atas menunjukkan bahwa ditemukan telah mengimplementasikan nilai-nilai bimbingan dalam ihsan yang meliputi Bimbingan untuk hati, bimbingan dalam menghadapi, bimbingan untuk mengatasi kebingungan menentukan pilihan, bimbingan untuk berbicara, bimbingan hidup dengan sesama muslim serta bimbingan untuk Membantu mereka yang terlanjur berbuat salah.

Kata Kunci: *Teknik refleksi, bimbingan dan konseling, representasi, film Budi Pekerti.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat penelitian	7
1. Manfaat Teoretis	7
2. Manfaat Praktis:	7
E. Tinjauan Pustaka	7
F. Metode Penelitian.....	10
1. Jenis dan Pendekatan Penelitian	10
2. Sumber Data.....	11
3. Teknik Pengumpulan Data.....	11
4. Teknik Analisis Data	11
G. Sistematika Penulisan	14
BAB II	16
BIMBINGAN KONSELING, NILAI-NILAI BIMBINGAN DAN TEKNIK REFLEKSI..	16
A. Teori Representasi.....	16
B. Bimbingan Konseling.....	17
1. Pengertian Bimbingan Konseling.....	17

2.	Layanan Bimbingan Konseling	18
3.	Teknik Bimbingan Konseling.....	23
4.	Asas-asas Bimbingan Konseling	27
5.	Nilai-nilai Bimbingan Dan Konseling dalam Iman, Islam dan Ihsan	29
C.	Teknik Refleksi.....	39
1.	Pengertian Teknik Refleksi	39
2.	Jenis-jenis Refleksi.....	40
3.	Tujuan Teknik Refleksi.....	43
4.	Manfaat Teknik Refleksi	44
D.	Urgensi Teknik Refleksi Dalam Layanan Bimbingan Konseling	46
BAB III.....		49
GAMBARAN UMUM FILM BUDI PEKERTI MENGENAI TEKNIK REFLEKSI PADA LAYANAN BIMBINGAN KONSELING		49
A.	PROFIL FILM BUDI PEKERTI	49
B.	SINOPSIS FILM BUDI PEKERTI.....	51
C.	GAMBARAN TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FIM BUDI PEKERTI	52
1.	Refleksi Perasaan	53
2.	Refleksi Pikiran.....	57
3.	Refleksi Pengalaman.....	61
BAB IV		69
ANALISIS HASIL REPRESENTASI TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FILM BUDI PEKERTI		69
1.	Refleksi Perasaan	70
2.	Refleksi Pikiran.....	75
3.	Refleksi Pengalaman.....	79
BAB V		85
PENUTUP.....		85
A.	Kesimpulan.....	85
B.	Saran	86
C.	Penutup	86
DAFTAR PUSTAKA		87
LAMPIRAN.....		93

DAFTAR RIWAYAT HIDUP	94
-----------------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Poster Film Budi Pekerti.....	49
Gambar 4.1	70
Bimbingan untuk hati (Sesi konseling Bu Prani dengan Boni untuk ketenangan hati)	70
Gambar 4.2	72
Bimbingan dalam menghadapi musibah.....	72
Gambar 4.3	74
Bimbingan untuk Mengatasi Kebingungan Menentukan Pilihan	74
Gambar 4.4	76
Bimbingan untuk berbicara.....	76
Gambar 4.5	77
Bimbingan Hidup dengan Sesama Muslim.....	77
Gambar 4.6	78
Bimbingan Hidup dengan Sesama Muslim.....	78
Gambar 4.7	80
Bimbingan untuk berbicara.....	80
Gambar 4.8	81
Bimbingan untuk Membantu mereka yang terlanjur berbuat salah	81
Gambar 4.9	82
Bimbingan hidup dengan sesama Muslim	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bimbingan konseling adalah bagian dari program pendidikan yang tidak hanya mengumpulkan data tentang siswa, tetapi juga membantu siswa memahami diri mereka sendiri dan memiliki kemampuan untuk mengarahkan diri mereka sesuai dengan potensinya. Bidang bimbingan konseling juga memiliki tanggung jawab dan tugas penting untuk mengembangkan, dan mengubah Pendidikan (Erlina & Anisa Fitri, 2016). Proses konseling tentu saja bisa dimulai dari anak-anak remaja dewasa dini dan dewasa lanjut. Tentu saja dalam proses konseling akan berbeda dan akan disesuaikan dengan klien seorang konselor Ketika menangani klien anak-anak tentunya harus bisa melibatkan diri untuk berkomunikasi verbal maupun nonverbal (Mintarsih, 2013). Dalam proses bimbingan dan konseling, konselor memegang peran krusial dalam membantu klien memahami masalahnya serta menemukan solusi yang tepat melalui berbagai teknik dan pendekatan yang sesuai dengan kondisi klien. Salah satu teknik yang sering digunakan dalam praktik bimbingan dan konseling adalah teknik refleksi (Corey, 2013).

Bolton dalam Murad Lesmana menjelaskan bahwa refleksi adalah salah satu unsur menyimak atau mendengar, yang mana di dalam proses mendengarkan konselor harus memperhatikan pesan yang disampaikan oleh klien, dan menyampaikan kembali kepada klien tentang apa yang didengarkannya. Refleksi harus menunjukkan bahwa konselor memahami apa yang diungkapkan klien, yang lebih penting lagi itu harus membantu klien menemukan diri mereka sendiri dan menjadi lebih sadar diri. Refleksi berfungsi sebagai jembatan untuk memahami dan mendalami pengalaman emosional klien. Dengan melakukan refleksi, konselor tidak hanya menunjukkan bahwa mereka mendengarkan, tetapi juga bahwa mereka berusaha untuk memahami perasaan dan pikiran yang mendasari pernyataan klien (Lesmana, 2006). Refleksi bisa membantu seseorang dalam memahami kondisi diri secara mendalam termasuk dalam penerimaan diri sehingga seorang individu akan merasa puas, tenang, dan cukup dengan apa yang dimilikinya (Halik, 2020). Refleksi juga berarti proses introspeksi diri yang memungkinkan individu memahami diri sendiri lebih dalam dan memperbaiki perilaku serta keputusan yang diambil. Dalam bimbingan konseling, refleksi sangat penting karena memungkinkan konselor dan klien memahami

proses konseling yang telah dilakukan dan memperbaiki strategi yang digunakan. Teknik ini bertujuan untuk membantu klien mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan tindakan mereka dengan lebih mendalam, sehingga mereka dapat mencapai pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri dan situasi yang dihadapi (Willis, 2014).

Representasi penggambaran bagaimana praktek teknik refleksi dalam layanan konseling bisa memanfaatkan dari berbagai media, salah satunya adalah film. Film sebagai media seni visual memiliki kemampuan untuk menggambarkan kompleksitas emosi dan dinamika interpersonal (Suryanto & Amri, 2018). Ada beberapa film yang settingnya adalah proses konseling, yang mana di dalam film tersebut ada adegan proses konseling antara lain yaitu film Bolehkan Sekali Saja Ku Menangis, Dua hati biru, Noktah Merah Perkawinan dan Budi Pekerti. Film Budi Pekerti ini merupakan salah satu film yang di dalamnya antara lain adegan proses konseling. Film ini bisa menjadi penggambaran bagaimana sebuah realitas konseling yang dilakukan pada setting sekolah. Ini menjadi menarik karena film ini di setting pada masa pandemi dan mendapatkan banyak apresiasi positif.

Film ini dilirik oleh berbagai kalangan mulai dari seniman, tenaga pendidik dan artis. Tentu saja film ini mendapat apresiasi positif antara lain dari Santo Ekawalta seorang tenaga pendidik membuat sebuah konten di platform tiktoknya yang bernama “Santo Ekawalta”, ia memberi penilaian tentang film Budi Pekerti di dalam konten itu tertulis “Konsep Pendidikan disini top sih, gimana cara memberikan “refleksi” ke siswa yang membangun, tapi kalau over bisa jadi trauma”. Di slide selanjutnya ia juga berkata “Out of topic, ada kebanggaan tersendiri untuk guru kalau “refleksinya” melekat dihati siswa, bahkan mengubah hidupnya”. Butet kartaredjasa seorang seniman dalam konten video pada akun tiktok “Film Para Perasuk” berkomentar “saya membayangkan kalau film ini diputar 20 tahun lagi itu memberi satu catatan tentang sebuah perubahan dari analog ke budaya digital. Jadi di film ini seperti penanda dalam situasi transisi perubahan kebudayaan sungguh tidak terduga cuma bilang “ah suwi”, satu kepingan-kepingan kecil dalam hidup yang bisa tersusun dengan baik jadi suatu masalah yang serius dan melahirkan suatu konflik dan sangat complicated gitu. Dan konflik seperti ini tidak pernah terjadi pada zaman analog, terjadinya ya di setting zaman hari ini. Nah disinilah saya bilang cerita ini bagus sekali”.

Film "Budi Pekerti" karya Wregas Bhanuteja menampilkan peran Bu Prani, seorang guru bimbingan konseling (BK), dalam membimbing para siswa yang bermasalah atau yang sedang membutuhkan bantuan. Film ini menunjukkan potensi guru BK dalam mewujudkan perubahan perilaku siswa melalui pendekatan teknik refleksi. Bu Prani menggunakan teknik refleksi untuk membantu siswanya memahami dan mengubah perilaku yang tidak sesuai. Proses dalam bimbingan konseling, Bu Prani tidak menggunakan hukuman, melainkan pendekatan yang empati dan bijaksana. Dalam layanan bimbingan konseling Bu Prani mengganti nama "Hukuman" menjadi "Refleksi". Film ini menunjukkan bahwa pendekatan refleksi dapat sangat efektif dalam membangun kesadaran dan mendorong perubahan positif pada diri siswa (Putri et al., 2023). Berlatar dengan masa pandemi Covid-19 film Budi Pekerti menampilkan isu-isu permasalahan para siswa dalam permasalahan di sekolah maupun di rumah pada saat pandemi, contohnya tantangan dari siswa pada saat proses pembelajaran akan merasa cepat bosan, sulit memahami atau menerima pelajaran dan juga kurangnya interaksi sosial dengan orang lain sehingga bisa berdampak pada Kesehatan mental individu (Nihayah, Sadnawi, et al., 2021).

Teknik refleksi pengalaman yang dilakukan Bu Prani salah satunya adalah ketika Bu Prani memberikan pengharum ruangan kepada siswanya yang bernama Boni. Boni adalah salah satu siswa yang mempunyai masalah didalam keluarganya, dijelaskan sedikit di dalam film bahwa suasana dirumah terasa tidak nyaman untuk Boni. Di dalam scene film ini pada menit 21:36 – 22:25, Bu Prani berkata "Nanti kalau situasi rumah dan orang tua sedang tidak nyaman, coba kamu cium aroma itu, indra penciuman adalah indra yang paling kuat untuk menata perasaan". Maka dari itu, Bu Prani memberikan pengharum ruangan yang tujuannya untuk memberikan ketenangan bagi Boni, sehingga ketika situasi di rumah dan orang tuanya sedang tidak nyaman maka Boni bisa menghirup pengharum ruangan tersebut.

Teknik refleksi pengalaman yang menarik dari kisah Bu Prani sendiri terdapat pada scene Bu Prani yang terguncang oleh peristiwa viral yang melibatkan perilaku anak-anaknya. Film ini dalam perspektif pengalaman mencerminkan bagaimana media sosial dapat mengubah kehidupan keluarga biasa menjadi sorotan publik secara drastis. Pengalaman Bu Prani dan keluarganya menunjukkan tekanan sosial yang muncul akibat eksposur digital, serta tantangan dalam menjaga nama baik keluarga sambil tetap

mempertahankan nilai-nilai moral yang diajarkan. Bu Prani bahkan harus menghadapi permintaan siswanya untuk Bu Prani juga melakukan “Refleksi” sehingga Bu Prani menyadari letak kesalahannya dalam bertutur kata serta hidup sosial di masyarakat. Pengalaman ini menggambarkan tekanan yang dihadapi guru dalam menjaga citra mereka, baik di mata siswa maupun masyarakat, serta bagaimana peran mereka sebagai pendidik tetap diuji dalam situasi yang sulit. Sementara itu, dari sisi siswa, mereka juga diperlihatkan mengalami kebingungan moral. Di satu sisi, mereka belajar nilai-nilai budi pekerti dari Bu Prani, namun di sisi lain, mereka terpapar realitas yang mempersoalkan kredibilitas gurunya. Hal ini menjadi pengalaman nyata tentang bagaimana siswa berusaha memahami nilai-nilai moral dalam situasi yang penuh kontradiksi (Dwiwasa & Sitohang, 2024).

Teknik refleksi yang dilakukan Bu Prani salah satunya adalah ketika Bu Prani memberikan refleksi kepada siswanya yang bernama Daru. Daru adalah siswa Bu Prani yang menerima refleksi karena dia melakukan kesalahan yaitu mengatai temannya dengan sebutan hewan yang mengakibatkan temannya tidak mau masuk sekolah. Dalam scene ini pada menit 00:24 – 01:49, Bu Prani berkata “Karena kamu mengata-ngatai ningsih dengan kata-kata ini, dia tidak masuk sekolah sudah tiga hari. Ibu mau kamu untuk refleksi”. Maka dari itu Bu Prani mencoba memberikan pengertian kepada Daru dan memberikan tugas untuk Daru bisa lebih berpikir dan tidak mengulangi kesalahan yang sudah dilakukan. Teknik bimbingan konseling ini juga bisa disebut dalam Teknik refleksi pikiran, dimana konselor mencoba untuk merefleksikan ide, pemikiran, dan pendapat klien melalui observasi terhadap perilaku verbal dan nonverbal klien (Willis, 2014).

Film ini dalam segi refleksi pikiran mengajak kita merenungkan tentang hubungan antara pendidikan formal dan nilai-nilai moral yang diajarkan di sekolah. Pikiran kritis muncul tentang bagaimana seorang guru seperti Bu Prani dapat mempertahankan perannya sebagai pendidik ketika kehidupan pribadinya menjadi bahan pergunjingan publik. Siswa juga ditampilkan sebagai cerminan generasi muda yang sedang mencari jati diri, yang sering kali lebih dipengaruhi oleh opini media sosial daripada ajaran moral di sekolah. Refleksi perasaan dari film ini ditonjolkan tentang bagaimana pengaruh Tindakan “Refleksi” dapat membantu siswa dalam bertumbuh di kemudian hari, sehingga siswa mengingat apa yang dilakukan oleh Gurunya. Salah satu scene yang menyentuh adalah

ketika para alumni siswa Bu Prani menyatakan hasil refleksinya dalam bentuk video untuk memberikan dukungan kepada Bu Prani (Masri, 2020).

Teknik refleksi perasaan yang ada di dalam film Budi Pekerti ini salah satunya ditunjukkan pada scene dimana Bu Prani mencari Gora di kamar mandi. Gora adalah mantan siswa Bu Prani yang menerima refleksi ketika dulu di sekolah dan sekarang dia mempunyai sesi konseling bersama psikolog. Di dalam scene ini pada menit 1:30:10 – 1:30:45 Bu Prani berkata “Kamu trauma? Kamu depresi? Kamu menyakiti orang lain?” di scene ini Gora menjawab dengan tegas bahwa dia tidak mengalami tiga hal tersebut. Bu Prani sebagai seorang konselor mencoba untuk memahami perasaan dari Gora. Tujuannya teknik refleksi perasaan yaitu memfokuskan perasaan klien pada sesi konseling, sehingga perasaan yang ragu-ragu menjadi lebih jelas dengan adanya sesi konseling (Efendi, 2016).

Film *Budi Pekerti* menampilkan konteks tentang bimbingan dan konseling berkaitan dengan teknik refleksi yang relevan untuk proses muhasabah atau introspeksi diri. Dalam Islam, refleksi biasa disebut dengan muhasabah diri yang mana dapat membantu individu mengevaluasi perbuatan baik dan buruk yang telah dilakukan, serta mendorong kesadaran untuk perbaikan diri (Reza Dwi, 2007). Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an, Surat Al-Hasyr ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍّ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan” (QS. al-Hasyr : 18).

Ayat ini mengandung pesan tentang pentingnya introspeksi atau muhasabah diri. Dalam konteks konseling, refleksi bertujuan agar individu dapat melihat kembali tindakan atau pilihan yang telah dibuat, mengidentifikasi aspek positif maupun negatif, dan menyiapkan langkah perbaikan untuk masa depan. Firman Allah dalam QS. Al-Hasyr: 18 menekankan agar setiap diri memperhatikan apa yang telah dilakukan untuk "hari esok," yang bisa dimaknai sebagai ajakan untuk introspeksi secara mendalam. Teknik refleksi membantu konseling menyadari dampak tindakan mereka dan mendorong perubahan

positif, sesuai dengan prinsip takwa dan kesadaran akan pengawasan Allah SWT atas setiap perbuatan manusia (Sofiroh, 2021).

Film *Budi Pekerti* menampilkan kompleksitas relasi antar individu, baik dalam keluarga maupun institusi pendidikan, di mana refleksi menjadi bagian penting dalam memahami dinamika moral dan psikososial. Konteks bimbingan konseling, teknik refleksi berperan untuk membantu individu mengenali emosi, perilaku, dan nilai-nilai yang memengaruhi kehidupan mereka. Dengan menelaah bagaimana teknik refleksi direpresentasikan dalam film ini, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang penerapan metode ini dalam situasi nyata yang relevan dengan tantangan modern, termasuk dampak media sosial. Di era informasi yang serba cepat, siswa menghadapi tantangan yang kompleks, seperti tekanan sosial dari media digital, konflik interpersonal, dan penghakiman publik sehingga perilaku ini bisa diperburuk dalam lingkungan yang beragam (Ningsih, 2024). Representasi teknik refleksi dalam film *Budi Pekerti* dapat memberikan pandangan tentang bagaimana metode ini membantu individu baik siswa maupun pendidik menghadapi dilema moral dan emosional, serta bagaimana hal tersebut dapat diimplementasikan dalam bimbingan konseling untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa (Melysa & Puspitasari, 2024). Serta bagaimana teknik refleksi ini bisa menjadi relevan untuk membantu klien menemukan psikologi positif untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi dan dapat menjalankan hubungan yang positif dengan orang lain (Nihayah, Ade Putri, et al., 2021).

Teknik refleksi adalah salah satu keterampilan dasar dalam konseling yang sering kali sulit untuk diaplikasikan secara tepat. Refleksi dalam proses bimbingan konseling memiliki beberapa tujuan, seperti memahami diri sendiri lebih dalam, memperbaiki perilaku, dan memperbaiki keputusan yang diambil (Namora, 2011). Penelitian ini dapat memberikan gambaran konkret tentang penerapan teknik refleksi dalam situasi-situasi tertentu, sebagaimana terlihat dalam film, sehingga dapat digunakan sebagai studi kasus untuk melatih konselor dalam meningkatkan kompetensi mereka. Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi karena memberikan kontribusi bagi pengembangan bimbingan konseling, khususnya dalam penggunaan teknik refleksi untuk menghadapi tantangan moral dan psikologis di era modern. Upaya mengaitkan representasi teknik refleksi dalam film *Budi Pekerti*, penelitian ini dapat menjadi jembatan antara teori, praktik, dan edukasi

lintas media dalam layanan konseling. Berdasarkan penjelasan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **REPRESENTASI TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FILM BUDI PEKERTI**.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu dan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling Islam khususnya tentang representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling.

2. Manfaat Praktis:

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi para konselor, guru bimbingan konseling, praktisi Pendidikan, orang tua serta siswa dalam menerapkan teknik refleksi sebagai metode untuk membantu siswa atau klien dalam proses pengembangan diri.

E. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari kesamaan penulisan dan plagiasi maka penting bagi peneliti untuk mempresentasikan beberapa temuan dan literatur yang berkaitan dengan topik penelitian jika peneliti ingin mendapatkan data dan mempertahankan keasliannya.

Pertama, “Penggunaan Keterampilan Refleksi Dalam Meningkatkan Hubungan Konselor-Klien” artikel ini ditulis oleh Indri Ariani, Raisya Nafilah Lubis, Salsabila Henrita dan yenti Arsini telah terbit pada jurnal Edukasi Nonformal Vol.4 No.2 (2023) E-ISSN: 2715-2634. Penelitian ini menunjukkan bahwa Teknik refleksi ternyata dapat meningkatkan hubungan antara konselor dan klien caranya dengan membantu klien untuk

memahami dirinya sendiri dan menumbuhkan kesadaran pada dirinya sendiri. Teknik refleksi juga bisa membantu seseorang dalam mempersiapkan diri untuk berani mengambil keputusan tepat. Dalam Teknik ini seorang konselor harus mendapatkan informasi yang banyak terutama perasaan dari klien serta seorang konselor harus menjadi pendengar yang aktif. Tujuannya untuk membangun hubungan yang lebih baik antara konselor dan klien karena konselor bisa memahami perasaan dan keadaan klien (Ariani et al., 2023)

Kedua, “Konsep Keterampilan Refleksi dalam Konseling Konvensional Menurut Perspektif Islam” penelitian skripsi yang ditulis oleh Susanti Vera pada tahun 2017. Penelitian ini menunjukkan bahwa Refleksi adalah upaya konselor untuk mendapatkan informasi lebih lanjut tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman pelanggan. Di mana seorang konselor yang mendengarkan semua pernyataan klien harus memberi tahu klien apa yang dia dengarkan. Metode refleksi dalam perspektif Islam dapat dibandingkan dengan metode pengulangan kata yang efektif. Refleksi dapat digambarkan dengan "pemantulan kembali" mirip dengan pengulangan kata dalam Al-Qur'an surah Ar-Rahman, yang membahas pengulangan kembali semua kebaikan dan kebesaran Allah SWT (Vera, 2017).

Ketiga, “Implementasi Keterampilan Refleksi Perasaan Konseli Oleh Guru Bimbingan Konseling Dalam Konseling Individual” merupakan artikel yang ditulis oleh Eka Guslia Angraini I, Sunaryo A.I, Romiaty, Rusviani Alfaria Christin dan Fani Alfari Stevana terbit pada jurnal Educouns Journal: Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling Volume 2 No. 1: Mei 2021 ISSN:2774-6860. Penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan konselor untuk merespon keadaan perasaan klien terhadap keadaan yang sedang dihadapinya dikenal sebagai refleksi perasaan. Kemampuan ini akan mendorong dan mendorong klien untuk mengungkapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapinya. Implementasi keterampilan refleksi perasaan oleh guru BK di SMK Negeri 1 Palangka Raya menunjukkan bahwa guru BK menggunakan keterampilan ini dengan baik, dengan fokus pada empati dan simpati. Guru BK menggunakan keterampilan ini selama proses konseling untuk menunjukkan empati dan simpati kepada siswa mereka, dan implementasi keterampilan ini menghasilkan hasil yang baik (Angraini et al., 2021)

Keempat, “Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Refleksi Sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa” Artikel yang ditulis oleh Aep Saepuloh dan Dewi Asiyah pada jurnal Gema Wiralodra, 13(1), 64-71, 2022. Penelitian ini menunjukkan bahwa Teknik refleksi dapat peningkatan kesadaran diri siswa antara sebelum (pretes) dan sesudah (postes) penerapan konseling berkelompok. Dapat dibuktikan dari hasil uji SPSS pada data sebelum (pretes) dan sesudah (postes) penerapan konseling berkelompok menggunakan uji Paired Sample test dengan nilai signifikan 0,00 lebih kecil dari 0,05 sehingga antar sebelum (pretes) dan sesudah (postes) penerapan konseling kelompok terdapat perbedaan yang signifikan (Saepuloh & Asiyah, 2022).

Kelima, “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Refleksi Perasaan Untuk Mengendalikan Emosi Marah Siswa MAN 1 Bener Meriah” Penelitian /skripsi yang ditulis oleh Alpina Syahra pada tahun 2021. Penelitian ini menunjukkan bahwa Teknik refleksi perasaan dapat mengendalikan emosi marah siswa, dibuktikan dengan nilai pre-test dari 20 orang siswa, ada 12 siswa yang mendapat kategori emosi marah tinggi dan 8 siswa lainnya berkategori rendah. Setelah itu dilakukan hasil korelasi menunjukkan bahwa teknik refleksi ini dapat mengendalikan emosi marah pada siswa MAN 1 Bener Meriah (Syahra, 2021).

Beberapa hasil penelitian dan literatur di atas menunjukkan bahwa penelitian yang berkaitan dengan teknik refleksi pada proses bimbingan konseling menghasilkan konseling yang baik. Seorang konselor harus memahami klien agar tercipta hubungan yang baik pula ketika proses konseling. Penelitian ini memiliki keunikan dibandingkan penelitian sebelumnya karena berfokus pada representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan dan konseling yang digambarkan dalam media film, khususnya dalam film Budi Pekerti. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang umumnya menitikberatkan pada efektivitas teknik refleksi dalam konteks klinis atau pendidikan formal, seperti dalam interaksi konselor dan klien di pusat konseling atau sekolah, penelitian ini memanfaatkan media film sebagai objek kajian.

Media film memiliki potensi untuk mengeksplorasi teknik refleksi secara mendalam melalui visualisasi dan penceritaan yang imersif, sehingga memungkinkan penonton memahami dinamika hubungan antara konselor dan klien secara lebih luas. Melalui dialog, ekspresi, dan adegan yang mencerminkan proses konseling, teknik refleksi dapat dijelaskan secara implisit maupun eksplisit kepada audiens. Dengan mengamati

bagaimana elemen-elemen teknik refleksi diterjemahkan secara visual dan naratif, penelitian ini tidak hanya membahas teori refleksi secara mendalam, tetapi juga menggali cara teknik ini dipresentasikan kepada publik yang lebih luas. Pendekatan ini memungkinkan konselor untuk memperluas pemahaman mengenai variasi penyampaian teknik refleksi, sehingga membuka wawasan baru dalam penerapannya di berbagai situasi (Saputra, 2020).

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif bertujuan untuk menggambarkan suatu pesan secara detail dan tidak dimaksudkan untuk menguji suatu hipotesis tertentu atau menguji hubungan antar variabel. Menurut Sugiyono (2014) Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Menurut Sandelowski (2000), penelitian kualitatif deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi yang "menggambarkan" atau memaparkan fenomena sebagaimana adanya dengan sedikit atau tanpa interpretasi yang rumit. Pendekatan ini lebih fleksibel dan berfokus pada keakuratan representasi dari [[pandangan atau pengalaman partisipan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis isi, adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan secara rinci aspek-aspek dan karakteristik dari suatu pesan atau teks melalui proses dokumentasi pada film Budi Pekerti. Menurut Puspitasari (2018), analisis isi merupakan proses sistematis untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi elemen-elemen yang terdapat dalam pesan untuk memahami pola dan tema yang muncul. Hal ini memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan tentang karakteristik dan makna dari isi tersebut dalam konteks sosial dan budaya yang lebih luas. Selain itu, menurut Sofyan (2021), analisis isi juga berfungsi untuk menilai bagaimana suatu informasi disampaikan dan diterima oleh audiens, serta bagaimana pengaruhnya terhadap perilaku dan sikap masyarakat. Dengan demikian, analisis isi

bukan hanya tentang apa yang dikatakan, tetapi juga bagaimana dan mengapa pesan tersebut dikomunikasikan.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh langsung dari sumber pertama. Pada penelitian ini sumber data primer yang dikumpulkan bersumber dari tayangan film Budi Pekerti melalui aplikasi Netflix dan buku yang berkaitan dengan teknik refleksi serta review dari penonton yang menonton film ini.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder dari penelitian ini memperoleh informasi terkait objek yang diteliti, diperoleh melalui study kepustakaan berupa jurnal, artikel dan penelitian terdahulu (Skripsi) yang berkaitan dengan judul penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Mengobservasi film dan memetakannya dalam bentuk Teknik-teknik refleksi perasaan, pengalaman dan pikiran.

b. Dokumentasi

Mengamati dan memahami secara langsung dari film Budi pekerti kemudian mencerna tanda dan makna dalam film tersebut. Peneliti mengamati setiap scene-scene dalam film yang menampilkan interaksi antara Bu Prani dan para muridnya. Di mana ada 3 scene konseling secara virtual di dalam film tersebut dan 6 scene video konseling yang ditarik dari alur mundur dari film tersebut

4. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2018), analisis data adalah proses mengolah dan mengatur data secara sistematis yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Proses ini melibatkan pengelompokan data ke dalam kategori, pemecahan data menjadi unit-unit, penyusunan sintesis, identifikasi pola, serta penentuan informasi yang relevan untuk dipelajari, kemudian menarik kesimpulan agar

dapat dipahami oleh peneliti maupun orang lain. Sedangkan menurut Patton (2002) Analisis data adalah proses transformasi data mentah menjadi bentuk yang lebih mudah dipahami melalui pengelompokan data, pengkodean, dan interpretasi hasil.

Pada Teknik analisis data ini, peneliti menggunakan model Miles dan Huberman. Miles dan Huberman (1994) membagi analisis data menjadi tiga alur yaitu dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Penjelasan lebih lengkap mengenai ketiga alur tersebut adalah sebagai berikut :

1. Reduksi Data

Penelitian kualitatif deskriptif, reduksi data adalah langkah pertama untuk menyederhanakan dan menyeleksi informasi yang relevan dari data mentah yang telah dikumpulkan, seperti transkrip wawancara, observasi, atau catatan lapangan. Miles dan Huberman (1994) menjelaskan bahwa reduksi data adalah bagian integral dari analisis kualitatif, di mana peneliti memilih, memfokuskan, dan mengorganisasikan data untuk menghasilkan informasi yang bermanfaat. Reduksi ini dilakukan secara terus-menerus sepanjang proses penelitian, sejak data pertama kali dikumpulkan hingga kesimpulan akhir.

Reduksi data merupakan langkah penting dalam analisis, di mana proses ini berfungsi untuk memperjelas, mengklasifikasikan, memfokuskan, mengeliminasi informasi yang tidak relevan, serta mengatur data dengan

cara yang memungkinkan penarikan dan verifikasi kesimpulan akhir. Dalam proses ini, peneliti tidak perlu menginterpretasikan data dalam bentuk kuantitatif. Data kualitatif dapat disederhanakan dan diubah melalui berbagai metode, seperti seleksi ketat, ringkasan, atau penyusunan dalam pola yang lebih luas. Terkadang, data juga dapat dikonversi menjadi angka atau peringkat, meskipun cara ini tidak selalu tepat. (Sugiyono, 2017). Dalam reduksi data ini peneliti mengambil beberapa scene yang terdapat pada film Budi Pekerti, ada sekitar 9 scene yang akan dibahas dalam penelitian ini.

2. Penyajian Data

Penyajian data membantu peneliti untuk mendeskripsikan, menginterpretasikan, dan menarik kesimpulan dari data yang telah

dikumpulkan. Ini adalah tahap di mana data yang sudah direduksi disusun dalam bentuk yang memudahkan untuk melihat informasi yang relevan dan membangun pemahaman. ada tahap ini, data disusun dalam bentuk yang jelas dan sistematis, seperti tabel, grafik, atau narasi. Penyajian data memungkinkan peneliti untuk melihat pola-pola yang muncul, memahami hubungan antar data, dan mengidentifikasi tema-tema utama yang perlu dianalisis lebih lanjut. Peneliti mencoba menampilkan scene yang sudah dipilih ditahap reduksi data. Ditahap ini peneliti lebih mendeskripsikan isi dari scene yang sudah dipilih yang merepresentasikan tiga jenis teknik refleksi meliputi teknik refleksi pikiran, perasaan dan pengalaman.

3. Penarikan Kesimpulan/Verifikasi

Penarikan kesimpulan adalah proses berpikir yang mengarah pada penemuan atau pernyataan yang diambil dari data yang telah dianalisis. Proses ini harus dilakukan dengan hati-hati untuk memastikan bahwa kesimpulan yang diambil adalah sah dan dapat dipertanggungjawabkan. Penarikan kesimpulan atau verifikasi menjadi tahap terakhir dalam proses analisis data kualitatif. Pada tahap ini, peneliti melakukan interpretasi terhadap data yang telah disajikan dan menganalisis informasi yang relevan untuk menarik kesimpulan yang mendukung tujuan penelitian.

Kesimpulan dalam suatu penelitian seharusnya tidak hanya didasarkan pada data yang dikumpulkan, tetapi juga harus melalui proses verifikasi. Verifikasi ini meliputi peninjauan ulang untuk memastikan bahwa data tersebut akurat, konsisten, dan valid. Dengan melakukan verifikasi, peneliti dapat memastikan bahwa kesimpulan yang dihasilkan tidak hanya tepat tetapi juga dapat dipertanggungjawabkan. Proses ini penting agar hasil penelitian dapat diterima oleh masyarakat ilmiah dan pihak lain yang berkepentingan. Tanpa verifikasi, ada risiko bahwa kesimpulan tersebut bisa saja menyesatkan atau tidak dapat diandalkan (Sugiyono, 2017). Secara skematis proses analisis data menggunakan model analisis data Miles dan Huberman dapat dilihat pada bagan berikut:

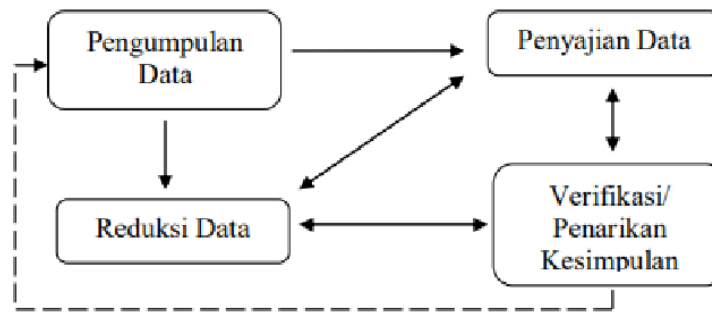


image 1- Alur Model Analisis Data Miles and Huberman

Berdasarkan temuan analisis yang mendalam, film "Budi Pekerti" menyajikan representasi guru Bimbingan Konseling sebagai sosok fasilitator yang berperan penting dalam membimbing siswa melewati proses refleksi dan introspeksi diri yang bermakna. Tokoh Bu Prani digambarkan secara apik sebagai pendidik yang tidak hanya menjalankan tugas profesionalnya, tetapi juga mampu membangun kedekatan emosional dan menciptakan atmosfer kekeluargaan yang hangat dengan para siswanya. Metode bimbingan yang ia terapkan tidak bersifat otoriter atau direktif, melainkan menekankan pada pentingnya komunikasi dua arah melalui dialog terbuka dan bermakna. Bu Prani dengan sabar mendampingi siswanya dalam melakukan refleksi kolektif, menciptakan ruang aman bagi mereka untuk mengeksplorasi pikiran, perasaan, dan perilaku mereka sendiri, sehingga dapat tumbuh menjadi pribadi yang lebih menyadari potensi dan tanggung jawab dirinya.

G. Sistematika Penulisan

Skripsi ini disusun dalam lima bab yang terstruktur untuk memudahkan pemahaman terhadap alur dan pola pemikiran yang disajikan. Setiap bab memiliki pembahasan yang saling berkaitan dan melengkapi satu sama lain, membentuk kesatuan yang utuh. Sistematika penulisan telah dirancang sedemikian rupa agar pembaca dapat dengan jelas memahami arah dan tujuan dari penelitian yang dipaparkan dalam skripsi ini.

Bab I: Pendahuluan

Pada bab ini dipaparkan bagian pendahuluan yang mencakup beberapa komponen penting penelitian. Dimulai dengan latar belakang yang menjelaskan konteks permasalahan, dilanjutkan dengan rumusan masalah yang menjadi fokus

penelitian. Bab ini juga memaparkan tujuan dan manfaat yang diharapkan dari penelitian, tinjauan terhadap literatur terkait, metodologi yang digunakan dalam penelitian, serta penjelasan mengenai sistematika penulisan yang digunakan dalam penyusunan skripsi.

Bab II: Kerangka Teori

Terdiri atas kajian tentang representasi, bimbingan konseling yang meliputi pengertian dari bimbingan dan konseling, layanan bimbingan konseling, Teknik bimbingan konseling dan asas-asas bimbingan konseling. Teknik refleksi meliputi pengertian teknik refleksi, jenis refleksi, tujuan dan manfaat teknik refleksi yang akan dibahas secara lebih detail sebagai fokus kajian dari penelitian ini.

Bab III: Gambaran Umum

Bab ini peneliti akan membahas 2 sub bab yaitu

- a. Tentang profil film Budi Pekerti.
- b. Tentang sinopsis film Budi Pekerti.
- c. Gambaran *scene* yang berkaitan dengan representasi teknik refleksi dalam film budi pekerti yang sesuai dengan rumusan masalah.

Bab IV: Hasil dan Pembahasan

Bab ini peneliti menganalisis implementasi nilai-nilai bimbingan dalam ihsan pada teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling yang terdiri dari analisis :

1. Teknik refleksi pikiran
2. Teknik refleksi perasaan
3. Teknik refleksi pengalaman.

Bab V: Penutup

Berisi kesimpulan dan saran.

BAB II

BIMBINGAN KONSELING, NILAI-NILAI BIMBINGAN DAN TEKNIK REFLEKSI

A. Teori Representasi

Kata "representasi" memiliki akar kata dari bahasa Inggris *representation*. Konsep representasi merujuk pada aktivitas mewakili, kondisi yang terwakili, atau entitas yang berperan sebagai wakil (Depdiknas, 2015). Representasi dapat dipahami sebagai suatu proses pencatatan gagasan, pengetahuan, atau informasi ke dalam format fisik. Hall (1997) memberikan definisi yang lebih spesifik bahwa representasi merupakan pemanfaatan simbol-simbol untuk mengaitkan, melukiskan, atau mereproduksi apa yang dirasakan, dimengerti, diimajinasikan, atau dialami ke dalam bentuk fisik yang nyata.

Representasi adalah bagaimana individu, kelompok, gagasan, atau pandangan ditampilkan dalam pemberitaan. Dalam media massa, termasuk film, terdapat dua aspek penting yang terkait dengan representasi. Pertama, bagaimana individu, kelompok, atau gagasan tersebut disajikan, apakah sesuai dengan kenyataan atau justru cenderung disoroti secara negatif sehingga menciptakan kesan bahwa kelompok tertentu dipinggirkan atau hanya menampilkan sisi buruknya. Kedua, bagaimana proses penyajian objek tersebut dalam media dilakukan. Proses ini bisa dilihat dari pemilihan kata, kalimat, penekanan, serta penggunaan foto atau gambar yang mendukung cara seseorang, kelompok, atau gagasan tersebut ditampilkan dalam pemberitaan (Eriyanto, 2001).

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa representasi adalah cara memberikan makna pada suatu objek atau benda yang digambarkan, serta dapat merujuk pada penggunaannya dalam media, seperti media massa. Representasi ini tidak hanya tentang bagaimana suatu objek ditampilkan, tetapi juga tentang bagaimana makna atau interpretasi terhadap objek tersebut dikonstruksi melalui bahasa, gambar, simbol, atau bentuk komunikasi lainnya. Representasi yang dimaksud dalam penelitian ini dapat ditentukan berdasarkan pada indikator dari bimbingan konseling dan teknik refleksi yang di bahas lebih detail dalam kerangka teori, selanjutnya akan menentukan analisis isi yang terdapat pada film Budi Pekerti

B. Bimbingan Konseling

1. Pengertian Bimbingan Konseling

Secara etimologi bimbingan berasal dari kata "to guide", yang berarti menunjukkan, membimbing, menuntun, atau membantu. Bimbingan dapat diartikan secara umum sebagai bantuan atau tuntunan. sesuai dengan istilahnya. Namun, ini tidak berarti bahwa semua bentuk bantuan atau tuntunan adalah bimbingan. Bantuan dalam memahami bimbingan menurut istilah bimbingan dan konseling harus memenuhi persyaratan tertentu yang tercantum di bawah ini (Suhertina, 2014)

Miller dalam Tohirin menyatakan bahwa bimbingan adalah suatu proses yang bertujuan membantu individu untuk lebih memahami diri mereka sendiri, sehingga mampu mengidentifikasi kebutuhan, potensi, dan kelemahan yang ada dalam diri mereka. Selain itu, bimbingan juga memberikan arahan agar individu dapat melakukan penyesuaian diri secara optimal dalam berbagai konteks kehidupan, termasuk dalam lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah (termasuk madrasah), serta lingkungan sosial secara keseluruhan, sehingga tercapai kesejahteraan emosional dan sosial yang lebih baik (Tohirin, 2007).

Nurihsan mendefinisikan bimbingan sebagai proses pemberian bantuan yang berkelanjutan kepada seseorang untuk membantu mereka memahami diri mereka sendiri, sehingga mereka dapat mengarahkan diri mereka sendiri, dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan yang ada di sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupan secara keseluruhan. Tujuan dari bimbingan agar individu bisa merencanakan perkembangan karier dan kehidupan dimasa yang akan datang, mengenali potensi-potensi yang ada dilingkungannya, bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada disekitar serta mampu memahami dan mengatasi kesulitan sendiri (Yusuf & Nurihsan, 2006).

Menurut Prayitno (2013), konseling merupakan suatu proses bantuan yang dilakukan melalui wawancara terstruktur antara seorang profesional yang disebut konselor dengan individu yang sedang mengalami masalah, yang dikenal sebagai klien. Proses ini bertujuan untuk membantu klien memahami permasalahan yang mereka hadapi, mengeksplorasi solusi yang mungkin, serta membimbing mereka

untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan guna mengatasi masalah tersebut secara efektif. Konseling tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi klien sehingga mereka dapat menghadapi tantangan serupa di masa mendatang dengan lebih mandiri dan percaya diri. Konseling adalah proses hubungan antara individu/manusia normal dengan seorang ahli yang bertujuan untuk memahami diri dan lingkungannya, dan membuat keputusan bermakna dan efektif (Kibtyah, 2014).

Menurut Shertzer dan Stone (dalam Nurihsan, 2024), konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui interaksi interpersonal antara konselor dan klien. Proses ini bertujuan membantu individu memahami diri dan lingkungannya dengan lebih baik, mengambil keputusan tepat, serta menetapkan tujuan yang jelas, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dan perilaku yang positif. Layanan konseling mendukung perkembangan optimal siswa, baik secara individual maupun kelompok, dalam aspek pribadi, sosial, akademik, dan karir melalui berbagai jenis kegiatan pendukung yang selaras dengan nilai dan norma yang berlaku (Depdiknas, 2008).

Dari pengertian diatas bisa disimpulkan bahwa bimbingan konseling ialah upaya psikologis untuk membantu seseorang menjadi individu yang mandiri dalam mengatur, mengelola, dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Tujuan bimbingan konseling adalah untuk mengarahkan dan mempersiapkan individu dengan kesehatan mental yang baik, yang ditandai dengan kemampuan mereka untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Tarmizi, 2018).

2. Layanan Bimbingan Konseling

Layanan bimbingan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor profesional kepada individu atau kelompok dalam rangka membantu mereka memahami diri sendiri, menghadapi masalah, serta mengembangkan potensi yang dimiliki. Tujuan dari layanan ini adalah untuk menciptakan individu yang mampu beradaptasi dengan lingkungan secara sehat, baik di sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Bimbingan konseling tidak hanya bersifat reaktif terhadap masalah yang muncul, tetapi juga bersifat preventif dan pengembangan. Melalui proses ini, konselor membantu peserta didik untuk

mencapai kemandirian dan pengambilan keputusan yang tepat sesuai dengan kebutuhan dan potensinya (Bimo Walgito, 2010).

Layanan bimbingan konseling mempunyai fungsi yang meliputi fungsi pemahaman, pencegahan, pengembangan, dan perbaikan. Fungsi pemahaman bertujuan membantu klien memahami diri sendiri, baik potensi, kelemahan, maupun peluang yang ada di sekitarnya. Fungsi pencegahan berfokus pada upaya untuk mencegah terjadinya masalah, baik dalam aspek pribadi, sosial, maupun akademik. Fungsi pengembangan diarahkan pada pengoptimalan potensi individu agar dapat berkembang secara maksimal. Sedangkan fungsi perbaikan atau kuratif berfungsi membantu klien mengatasi masalah yang sudah muncul agar tidak semakin berkembang dan merugikan individu tersebut di masa depan (Gibson & Mitchell, 2011).

Berikut ini adalah macam-macam layanan bimbingan konseling (Prayitno & Amti, 2013)

a. Layanan Orientasi

Layanan orientasi bertujuan untuk membantu individu mengenal lingkungan pendidikan atau dunia kerja baru, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan baik (Suhardjo, 2017). Dalam layanan ini, konselor memberikan informasi tentang struktur, tujuan, dan norma yang berlaku.

b. Layanan Informasi

Layanan informasi dalam bimbingan konseling memainkan peran krusial dalam memberikan data yang relevan mengenai pilihan pendidikan dan karir. Informasi ini sangat penting karena membantu individu untuk memahami berbagai opsi yang tersedia, serta implikasi dari setiap pilihan yang mereka hadapi. Dengan adanya informasi yang jelas dan komprehensif, individu dapat melakukan evaluasi yang lebih baik terhadap minat, bakat, dan tujuan mereka, sehingga dapat membuat keputusan yang tepat (Fikri & Sari, 2021). Proses ini tidak hanya mencakup informasi mengenai program studi atau jalur karir, tetapi juga mencakup data tentang prospek kerja, persyaratan pendidikan, dan tren pasar kerja yang sedang berkembang.

Konselor bertindak sebagai penghubung antara individu dan sumber daya yang diperlukan untuk pengambilan keputusan. Mereka menyediakan akses terhadap informasi terkini dan relevan, termasuk penggunaan platform digital dan media sosial yang memudahkan individu dalam menjelajahi opsi yang ada (Gunawan, 2018). Melalui layanan ini, konselor juga dapat membimbing individu dalam menganalisis informasi yang diterima, membantu mereka menyusun rencana tindakan yang realistis dan terukur. Dengan dukungan ini, individu diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan pemahaman mereka, sehingga dapat memilih jalur pendidikan dan karir yang paling sesuai dengan aspirasi mereka.

c. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan dalam bimbingan konseling berfokus pada membantu siswa melaksanakan kegiatan yang sesuai dengan bakat, minat, potensi, dan kondisi pribadi mereka. Dengan mempertimbangkan karakteristik individu, konselor dapat merekomendasikan penempatan siswa di dalam kelas yang sesuai, jurusan yang tepat, serta kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung pengembangan diri. Penempatan yang tepat tidak hanya meningkatkan motivasi siswa, tetapi juga memaksimalkan potensi belajar dan membantu mereka mengembangkan keterampilan yang relevan. Misalnya, siswa yang memiliki minat dalam seni dapat diarahkan untuk bergabung dengan program seni atau klub kreatif, sementara mereka yang memiliki bakat dalam sains dapat diberikan kesempatan untuk mengikuti kompetisi sains atau penelitian.

d. Layanan Bimbingan Belajar

Layanan bimbingan belajar membantu siswa dalam mengatasi kesulitan akademik dengan memberikan strategi belajar yang efektif. Konselor bekerja dengan siswa untuk menemukan metode belajar yang paling cocok bagi mereka, sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik (Nuraini, 2021).

e. Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu bertujuan untuk memberikan dukungan kepada individu yang menghadapi masalah pribadi dan emosional dengan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Dalam suasana yang

terbuka ini, individu didorong untuk berbagi pengalaman, perasaan, dan tantangan tanpa rasa takut dihakimi. Konselor berperan sebagai pendengar yang empatik, membantu individu mengeksplorasi pikiran dan emosi mereka, serta mengidentifikasi akar masalah yang dihadapi. Melalui teknik refleksi dan pertanyaan terbuka, konselor memfasilitasi pemahaman yang lebih dalam tentang diri individu dan situasi yang mereka hadapi. Selain itu, konselor juga memberikan strategi praktis untuk mengatasi masalah, seperti keterampilan pengelolaan emosi dan teknik pemecahan masalah, sehingga individu dapat belajar mengatasi tantangan dan meningkatkan ketahanan mental mereka. Dengan demikian, layanan konseling individu tidak hanya membantu individu dalam mengatasi masalah saat ini, tetapi juga memberdayakan mereka untuk mencapai tujuan hidup yang lebih positif dan bermakna (Saputra, 2020)

f. Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah pendekatan yang melibatkan sekelompok individu yang memiliki pengalaman dan masalah serupa, di mana konselor berperan sebagai fasilitator untuk memandu diskusi dan interaksi dalam kelompok tersebut (Johan et al., 2024). Dalam konteks ini, individu dapat berbagi cerita, perasaan, dan strategi coping yang mereka gunakan, sehingga menciptakan lingkungan yang saling mendukung dan memahami. Melalui dinamika kelompok, peserta dapat belajar dari satu sama lain, mendapatkan perspektif baru, serta merasakan bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Dengan demikian, konseling kelompok berfungsi sebagai wadah yang efektif untuk pertumbuhan pribadi dan emosional, sekaligus memberikan dukungan yang dibutuhkan dalam mengatasi tantangan yang dihadapi.

Nurihsan dalam buku karya Ulfiah dan Jamaluddin menyebutkan ada enam jenis layanan bimbingan konseling, berikut ini jenis-jenis layanannya :

a. Layanan Pengumpulan Data

Agar memudahkan seorang konselor dalam layanan bimbingan konseling, maka konselor menghimpun dan mendokumentasikan semua data

dari klien. Data yang dihimpun bisa dari berbagai sumber dengan menggunakan angket, wawancara, observasi, studi documenter atau juga bisa dengan tes.

b. Layanan Informasi

Layanan ini ialah untuk memberikan informasi kepada klien, tujuannya agar klien memiliki pengetahuan yang memadai baik tentang dirinya sendiri maupun lingkungannya.

c. Layanan Penempatan

Layanan penempatan merupakan layanan yang membantu klien untuk menemukan tempat yang sesuai dengan potensi diri dari klien. Tujuannya adalah agar klien bisa mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan potensi diri yang dimiliki.

d. Layanan Konseling

Layanan ini merupakan yang membantu klien untuk menyelesaikan masalah-masalah sosial-pribadi yang sedang dihadapi. Layanan konseling ini biasanya dilakukan secara pribadi antara konselor dan klien.

e. Layanan *Referral*

Layanan ini merupakan layanan untuk melimpahkan persoalan yang dihadapi oleh klien kepada pihak yang lebih mampu dan berwenang apabila konselor sudah tidak bisa memberikan sesi konseling lebih lanjut.

f. Layanan Evaluasi dan Tindak Lanjut

Untuk menilai pelaksanaan layanan bimbingan konseling ini berjalan dengan baik, maka harus diadakan evaluasi. Dengan adanya evaluasi yang ada maka konselor dan klien akan tahu apa Upaya-upaya yang akan dilakukan untuk menyempurnakan sesi konseling.

Peneliti menyimpulkan bahwa layanan bimbingan konseling adalah proses profesional yang bertujuan membantu individu memahami diri, mengatasi masalah, dan mengembangkan potensi agar dapat beradaptasi dengan lingkungan secara sehat. Layanan ini memiliki fungsi pemahaman, pencegahan, pengembangan, dan perbaikan, serta mencakup berbagai jenis seperti orientasi, informasi, penempatan, bimbingan belajar, konseling individu, konseling kelompok, pengumpulan data, referral, hingga evaluasi. Dengan pendekatan

yang preventif, kuratif, dan pengembangan, layanan ini dirancang untuk mendukung individu dalam pengambilan keputusan yang tepat dan optimal sesuai kebutuhan serta potensi mereka, baik dalam konteks akademik, sosial, maupun pribadi.

3. Teknik Bimbingan Konseling

Teknik bimbingan konseling digunakan oleh konselor untuk membantu konseli (klien) dalam mengatasi masalah atau mencapai tujuan tertentu. Berbagai teknik ini dirancang untuk membangun komunikasi yang efektif serta menciptakan suasana yang kondusif untuk proses pemecahan masalah. Berikut adalah beberapa Teknik bimbingan konseling menurut Sofyan S. Willis (2014) dan Makarao (2010) yang digunakan dalam bimbingan konseling :

a. Attending

Attending adalah teknik yang digunakan untuk menunjukkan perhatian dan kehadiran konselor terhadap klien. Hal ini mencakup bahasa tubuh yang terbuka, kontak mata, dan posisi tubuh yang menunjukkan keterlibatan. Teknik ini penting untuk membangun hubungan yang baik antara konselor dan klien.

b. Empati

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh klien. Dalam bimbingan konseling, empati membantu konselor untuk membangun kepercayaan dan memahami perspektif klien. Empati dibagi menjadi 2 macam. Pertama, empati primer adalah bentuk empati yang meliputi memahami perasaan, pikiran dan keinginan klien yang bertujuan agar klien terbuka dan terlibat dalam proses konseling. Kedua, empati tingkat tinggi ialah pemahaman konselor terhadap pikiran perasaan dan keinginan klien lebih mendalam dan menyentuh karena konselor ikut serta dalam merasakan perasaan tersebut. Sehingga klien bisa untuk mengemukakan isi pikiran, perasaan dan keinginan dari dalam lubuk hati klien.

c. Refleksi

Refleksi adalah teknik yang melibatkan pengulangan kembali pernyataan klien dengan cara yang berbeda untuk menunjukkan bahwa konselor memahami isi perasaan klien. Ini membantu klien untuk lebih memahami

dirinya sendiri. Refleksi ada tiga macam yaitu refleksi pengalaman, pikiran dan perasaan.

d. Eksplorasi

Eksplorasi adalah proses mendalami masalah yang dihadapi klien. Konselor mengajak klien untuk menggali lebih dalam mengenai perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka.

e. Menangkap Pesan Utama

Teknik ini melibatkan pemahaman dan penerimaan pesan yang disampaikan klien. Konselor perlu menangkap inti pesan untuk memberikan respons yang tepat. Tujuan dari teknik ini adalah untuk mengatakan kepada klien bahwa konselor bersama dia dan konselor bisa mengerti apa yang dikatakannya, memberikan arahan wawancara pada sesi konseling, menyimpulkan apa yang dikatakan klien serta memvalidasi apa persepsi konselor dengan klien sudah sama.

f. Pertanyaan Terbuka

Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang memungkinkan klien memberikan jawaban yang lebih luas dan mendalam. Teknik ini membantu klien untuk berpikir dan mengungkapkan perasaan serta pikiran mereka.

g. Pertanyaan Tertutup

Pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang mengharuskan klien memberikan jawaban singkat, biasanya "ya" atau "tidak". Teknik ini berguna untuk mendapatkan informasi spesifik.

h. Dorongan Minimal

Dorongan minimal adalah respons singkat yang mendorong klien untuk melanjutkan pembicaraan. Misalnya, menggunakan kata-kata seperti "teruskan" atau "ya".

i. Interpretasi

Interpretasi adalah proses di mana konselor memberikan makna atau penjelasan terhadap perilaku atau perasaan klien. Ini dapat membantu klien untuk melihat masalah dari perspektif yang berbeda.

j. Mengarahkan

Mengarahkan adalah teknik di mana konselor memberikan petunjuk atau arahan kepada klien untuk mencapai tujuan tertentu dalam sesi konseling.

k. Menyimpulkan Sementara

Teknik ini melibatkan konselor merangkum poin-poin penting dari pembicaraan untuk memastikan pemahaman yang sama dengan klien.

l. Memimpin

Memimpin adalah kemampuan konselor untuk mengarahkan sesi konseling sesuai dengan kebutuhan klien dan tujuan konseling yang ingin dicapai.

m. Fokus

Fokus adalah teknik untuk menjaga pembicaraan tetap pada topik utama yang dibahas. Konselor harus dapat mengalihkan kembali perhatian klien jika pembicaraan melenceng.

n. Konfrontasi

Konfrontasi adalah teknik yang digunakan untuk menghadapi klien dengan kontradiksi dalam pernyataan atau perilakunya. Ini bertujuan untuk membantu klien menyadari ketidaksesuaian dalam pikirannya.

o. Menjernihkan

Menjernihkan adalah teknik di mana konselor membantu klien untuk mengklarifikasi pikiran atau perasaan yang mungkin masih kabur. Disini konselor bisa membantu agar klien lebih tegas dalam menyampaikan pesannya.

p. Memudahkan

Memudahkan adalah teknik untuk membuat klien merasa lebih nyaman dalam menyampaikan perasaannya. Ini dapat mencakup penggunaan bahasa yang sederhana dan bersahabat sehingga meningkatkan proses konseling jadi lebih efektif.

q. Diam

Diam merupakan teknik di mana konselor memberi ruang kepada klien untuk berpikir atau merenung. Ini dapat mendorong klien untuk mengungkapkan lebih banyak perasaan.

r. Mengambil Inisiatif

Mengambil inisiatif adalah teknik di mana konselor proaktif dalam menggali informasi atau memfasilitasi diskusi. Ini membantu menjaga dinamika sesi konseling.

s. Memberi Nasihat

Memberi nasihat adalah teknik yang digunakan ketika konselor memberikan saran atau rekomendasi berdasarkan pengalaman dan pengetahuan profesionalnya.

t. Pemberian Informasi

Pemberian informasi dilakukan sama seperti pemberian nasihat. Jika seorang konselor tidak mempunyai informasi yang lebih terkait dengan apa yang ditanyakan klien, maka konselor lebih baik untuk berkata jujur. Tetapi jika konselor mengetahui informasinya, sebaiknya di upayakan untuk memberi tahu kliennya.

u. Merencanakan

Dalam sesi konseling ketika menjelang akhir, konselor harus bisa membantu klien untuk membuat rencana dan kegiatan produktif yang mana tujuannya untuk kemajuan klien menjadi lebih baik. Rencana yang baik adalah hasil dari kerjasama yang baik antara konselor dan klien.

v. Menyimpulkan

Pada akhir sesi konseling, konselor membantu menyimpulkan hasil konseling yang bersangkutan dengan keadaan perasaan klien, membantu meyakinkan rencana klien dan pokok-pokok yang akan dibicarakan dalam sesi selanjutnya.

Teknik bimbingan konseling merupakan berbagai metode yang digunakan oleh konselor untuk membantu klien mengatasi masalah atau mencapai tujuan tertentu dengan efektif. Dengan penerapan teknik-teknik ini secara tepat, konselor dapat membangun hubungan yang baik dengan klien, membantu mereka memahami diri, serta merancang solusi yang sesuai dengan kebutuhan dan potensi klien.

4. Asas-asas Bimbingan Konseling

Asas-asas bimbingan konseling merupakan prinsip-prinsip dasar yang menjadi landasan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling, sehingga proses tersebut dapat berjalan efektif dan mencapai tujuan yang diinginkan. Berikut beberapa asas utama bimbingan konseling menurut Prayitno (2013), Sutirna (2013), dan Lesmana (2021):

a. Asas kerahasiaan

Kerahasiaan adalah asas yang paling mendasar dalam bimbingan konseling. Informasi yang disampaikan oleh klien harus dijaga kerahasiaannya oleh konselor. Ini bertujuan agar klien merasa aman dan percaya, sehingga mereka dapat terbuka mengenai masalah pribadi tanpa khawatir informasi tersebut akan disebarluaskan.

b. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan mendorong klien untuk terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dihadapi. Konselor juga harus bersikap terbuka terhadap informasi yang diberikan klien serta menerima klien apa adanya tanpa prasangka.

c. Asas Kesukarelaan

Bimbingan konseling harus didasari oleh kehendak bebas dari klien, tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Klien diharapkan berpartisipasi dalam konseling dengan kesadaran dan kemauan sendiri untuk mencari solusi atas permasalahan mereka.

d. Asas Kekinian

Asas ini menekankan bahwa masalah yang dihadapi klien harus diatasi dalam konteks situasi dan kondisi terkini yang mereka alami. Konselor perlu memahami masalah klien berdasarkan realitas atau kondisi yang sedang berlangsung pada saat itu. Pada sesi konseling ini, bukan membahas masalah yang sudah lampau atau masalah yang akan dihadapi di kemudian hari.

e. Asas Kedinamisan

Proses bimbingan dan konseling bersifat dinamis, artinya selalu berkembang sesuai dengan perkembangan klien. Bimbingan tidak boleh

bersifat statis, melainkan mengikuti perubahan yang terjadi pada klien selama proses konseling, dalam proses konseling ini, diharap klien ada perubahan ke arah yang lebih baik.

f. Asas Kemandirian

Tujuan akhir dari bimbingan konseling adalah untuk membantu klien menjadi individu yang mandiri. Konselor berperan sebagai fasilitator dalam membantu klien mengembangkan kemampuan mereka untuk mengambil keputusan dan menyelesaikan masalah secara mandiri tanpa bergantung dengan orang lain ataupun dengan konselor.

g. Asas Kegiatan

Klien harus aktif dalam proses konseling, karena hasil yang maksimal hanya bisa dicapai jika klien turut berpartisipasi aktif dalam mengeksplorasi dan memecahkan masalah mereka.

h. Asas Keterpaduan

Asas yang memadukan berbagai aspek kepribadian dari klien dimana jika aspek itu tidak seimbang maka akan menimbulkan masalah dalam proses konseling.

i. Asas Kenormatifan

Dalam sesi konseling seharusnya sesuai dengan norma-norma yang ada, konselor atau klien tidak boleh melanggar asas kenormatifan karena akan menghambat proses konseling.

j. Asas Keahlian

Bimbingan konseling harus dilakukan secara sistematis dan teratur dengan bantuan teknis yang sesuai. Asas keahlian ini menjamin keberhasilan sesi konseling, dan selanjutnya keberhasilan konseling ini akan memperkuat kepercayaan klien terhadap sesi bimbingan konseling.

k. Asas Alih Tangan

Asas alih tangan ini dilakukan apabila seorang konselor sudah berupaya semaksimal mungkin untuk membantu klien, tetapi klien merasa belum terbantu sebagai mana yang diharapkan maka seorang konselor dapat mengirim klien tersebut kepada konselor lain atau badan yang lebih ahli.

1. *Asas Tut Wuri handayani*

Bimbingan dan konseling bertujuan agar pelayanan yang diberikan menciptakan lingkungan yang nyaman, menginspirasi, dan memberikan dorongan serta peluang sebanyak mungkin bagi konseli untuk berkembang.

Asas-asas bimbingan konseling merupakan prinsip mendasar yang menjadi pedoman dalam pelaksanaan layanan konseling agar berjalan efektif dan mencapai tujuan yang diinginkan. Prinsip-prinsip tersebut meliputi asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kekinian, kedinamisan, kemandirian, kegiatan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, serta *tut wuri handayani*. Setiap asas memiliki fungsi yang saling melengkapi, seperti menjaga kepercayaan klien, mendorong partisipasi aktif, mengikuti perkembangan klien, hingga memastikan bahwa proses konseling dilakukan secara profesional dan berlandaskan norma yang berlaku. Dengan penerapan asas-asas ini, konselor dapat menciptakan suasana konseling yang aman, efektif, dan mendukung perkembangan klien secara optimal.

5. Nilai-nilai Bimbingan Dan Konseling dalam Iman, Islam dan Ihsan

Menurut Anwar Sutoyo (2014), nilai-nilai Bimbingan dan Konseling (BK) dalam iman, Islam, dan ihsan merepresentasikan pendekatan komprehensif yang mengintegrasikan dimensi spiritual dengan praktik profesional konseling. Ketiga nilai tersebut membentuk kerangka kerja holistik yang tidak sekadar bertujuan menyelesaikan permasalahan, melainkan juga membimbing individu untuk mencapai keseimbangan spiritual dan personal. Melalui pendekatan ini, bimbingan konseling dipandang sebagai proses transformatif yang mendorong pengembangan kualitas iman, membangun kesadaran spiritual, dan mendukung individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan selaras dengan nilai-nilai ketuhanan. Konsep ini menegaskan bahwa bimbingan konseling bukanlah sekadar intervensi psikologis praktis, melainkan sarana pengembangan potensi spiritual dan personal secara mendalam dan berkelanjutan. Berikut adalah penjelasan mengenai nilai-nilai tersebut:

A. Nilai-nilai Bimbingan dalam rukun Iman

1. Iman Kepada Allah SWT. Iman kepada Allah bermakna keyakinan mendalam akan Pencipta Maha Agung - Allah SWT.
2. Iman kepada malaikat Percaya bahwa malaikat adalah makhluk yang diciptakan oleh Allah untuk melaksanakan tugas tertentu.
3. Iman kepada kitab-kitab-Nya, Menghormati semua kitab suci yang diturunkan Allah.
4. Iman kepada Rasul, Mengakui semua nabi dan rasul sebagai utusan Allah.
5. Iman kepada Hari Akhir, Meyakini adanya kehidupan setelah mati.
6. Iman kepada takdir. Menerima bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah bagian dari ketentuan Allah.

B. Nilai-nilai Bimbingan dalam Rukun Islam

1. Mengucap Dua Kalimat Syahadat

Dua kalimat syahadat merupakan rukun Islam yang pertama dan menjadi pernyataan formal yang membedakan seorang Muslim dari yang bukan Muslim dalam ajaran Islam. Dengan mengucapkan syahadat, seseorang menyatakan keimanannya, dan Islam memberikan jaminan atas keselamatan jiwa serta harta bendanya.

Makna kalimat syahadat dalam konseling dapat dijelaskan sebagai berikut yaitu yang pertama syahadat menentukan status seseorang sebagai Muslim atau bukan, sehingga layanan konseling dapat disesuaikan dengan keyakinannya. Kedua melalui syahadat mendapat kepastian tentang siapa yang harus ia sembah yaitu Allah. Ketiga, syahadat mendorong seseorang untuk menghormati dan menaati ajaran Allah dan Rasul-Nya. Keempat, keimanan terhadap syahadat membuat seseorang lebih teguh dalam pendiriannya karena ia meyakini kebenaran ajaran Islam sepanjang hidupnya. Kelima, syahadat memberikan jaminan perlindungan dari Rasulullah, baik atas jiwa maupun hartanya, serta menjadi jalan menuju surga. Keenam, Allah menjanjikan bahwa orang yang berpegang teguh pada syahadat akan dikumpulkan bersama para Nabi, orang-orang jujur, syuhada, dan orang saleh di surga pada hari kiamat.

2. Bersuci dan Melaksanakan Shalat

Bimbingan dari pelaksanaan bersuci, shalat dan dzikir mencakup beberapa aspek penting, yaitu: pertama, wudhu tidak hanya membersihkan tubuh dari kotoran fisik, tetapi juga menyucikan jiwa dari berbagai hal negatif, sekaligus menanamkan keikhlasan dalam hati. Kedua, jika shalat dilakukan dengan memenuhi syarat, rukun, dan sunahnya, maka shalat dapat berperan sebagai penghalang dari perbuatan keji dan perilaku yang bertentangan dengan norma masyarakat. Selain itu, shalat juga dapat membantu menurunkan tingkat stres dan berbagai penyakit. Ketiga, shalat berjamaah membimbing individu dalam memahami dan menerapkan norma sosial yang baik, sehingga membangun hubungan sosial yang sehat serta berkontribusi pada perkembangan emosional dan kematangan diri. Keempat, dzikir dapat membantu seseorang mengembangkan kepribadian yang lebih percaya diri, teguh dalam pendirian, serta merasakan ketenangan, ketenteraman, dan kebahagiaan dalam hidup.

3. Membayar Zakat, Infak dan Shadaqoh

Zakat, infak, dan sadaqah adalah sesuatu yang sangat ditekankan Allah, sebab dalam harta orang mukmin sebenarnya ada hak untuk orang miskin yang meminta dan orang miskin yang tidak mendapat bagian. mengeluarkan zakat, infak, shadaqah untuk orang fakir miskin yang membutuhkan merupakan latihan agar ia bisa bersikap baik kepada mereka dan membantu mereka. Kebiasaan berzakat juga memperkuat persatuan di antara kedua belah pihak, dan memotivasinya untuk bekerja lebih keras. Di samping itu juga menjadi media belajar mencintai sesamanya dan melepaskan sikap egois, tamak, kikir, dan membanggakan diri.

4. Shiyam

Istilah "shiyam" yang diterjemahkan sebagai puasa dalam bahasa Inggris, berasal dari kata Arab "_Shaama-Yashuumu," yang berarti menahan diri dari sesuatu, baik dalam perkataan maupun tindakan. Makna linguistik dari "shiyam" adalah "al-Imsaku 'an al-Syai" yang berarti menahan diri dari sesuatu. Selama berpuasa, tubuh mengalami perubahan metabolisme yang

signifikan, yang membawa berbagai manfaat kesehatan. Salah satu manfaat puasa adalah meningkatkan sensitivitas insulin, yang berperan penting dalam mengatur kadar gula darah. Proses ini juga memicu autophagy, yaitu proses di mana sel-sel tubuh membersihkan diri dari zat-zat berbahaya dan sel-sel yang sudah tidak berfungsi lagi. Hal ini pada gilirannya membantu memperbarui sel-sel tubuh dan memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit, sehingga puasa dapat menjadi salah satu cara untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup.

5. Haji

Haji merupakan rukun Islam kelima yang harus dilaksanakan oleh setiap Muslim yang mampu, minimal sekali dalam seumur hidup mereka. Secara etimologi, kata "haji" berasal dari bahasa Arab "al-hajj" yang berarti mengunjungi atau mendatangi. Dalam bahasa Arab, "haji" juga dikenal sebagai "al-qashdu" yang berarti memiliki rencana untuk melakukan sesuatu dengan sengaja dan berulang kali.

Dalam istilah Islam, haji merujuk pada perjalanan suci ke Ka'bah pada bulan-bulan tertentu untuk melakukan ibadah seperti tawaf, sa'i, wukuf, dan manasik lainnya dengan tujuan untuk memenuhi panggilan Allah dan memperoleh keridhaan-Nya. Menurut mayoritas ulama, pengertian haji secara bahasa adalah berkehendak untuk melakukan sesuatu yang dimuliakan, sedangkan secara syara' adalah niat untuk mengunjungi tempat tertentu seperti Baitullah al-Haram dan Arafah pada waktu tertentu, yaitu bulan Syawal, untuk melaksanakan amalan-amalan tertentu seperti wukuf di Arafah, tawaf, dan sa'i dengan syarat-syarat tertentu.

Haji dilaksanakan di tempat-tempat suci seperti Ka'bah di Mekkah Al Mukarramah, Padang Arafah, Muzdalifah, dan Mina, pada bulan-bulan tertentu seperti Syawal, Dzulqa'dah, dan Zulhijah. Amalan-amalan haji meliputi rukun haji, wajib haji, dan sunah seperti tawaf, wukuf, sa'i, mabit di Mina dan Muzdalifah. Dengan demikian, haji merupakan ibadah yang sangat penting dan harus dilaksanakan dengan penuh kesadaran dan ketaatan kepada Allah.

C. Nilai-nilai Bimbingan dalam Ihsan

Menurut M. Quraish Shihab, kata "ihsan" dalam surat Al-Baqoroh ayat 58 memiliki dua makna, yaitu memberi nikmat kepada orang lain dan berbuat baik. Dengan demikian, ihsan memiliki konsep yang lebih luas daripada sekedar memberi nikmat dan lebih tinggi daripada keadilan. Keadilan berarti memperlakukan orang lain sebagaimana kita ingin diperlakukan, sedangkan ihsan berarti memberi lebih banyak dari yang seharusnya dan mengambil lebih sedikit dari yang seharusnya. Ini menunjukkan bahwa *ihsan* merupakan konsep yang sangat mulia dan luhur, yang mendorong kita untuk berbuat baik dan memberi lebih banyak kepada orang lain tanpa mengharapkan balasan.

Menurut Ensiklopedia Islam, ikhsan dapat diartikan sebagai suasana hati dan perilaku seseorang untuk selalu merasa dekat dengan Allah SWT. Dalam upaya untuk mencapai posisi ini, individu akan berusaha agar semua aspek kehidupannya, termasuk perasaan, ucapan, dan tindakan, selalu sesuai dengan ajaran dan tuntunan Allah serta Rasul-Nya. Dengan demikian, ikhsan mencakup seluruh aspek kehidupan, baik dalam hubungan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain, dan meliputi semua tindakan dan ucapan yang dilakukan. Ini berarti bahwa ikhsan merupakan suatu konsep yang sangat komprehensif dan holistic, yang mendorong individu untuk menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran dan ketaatan kepada Allah.

Berikut ini adalah macam-macam nilai Bimbingan dalam *ihsan* :

1. Bimbingan Makan dan Minum

Dalam Islam, terdapat beberapa adab yang diajarkan sebelum dan saat makan, yaitu membaca Bismillah, makan dengan tangan kanan, dan memulai dari makanan yang terdekat. Jika seseorang membaca Bismillah sebelum makan, maka syaitan tidak akan tinggal di rumah itu dan tidak akan ikut makan makanannya. Selain itu, Islam juga mengajarkan adab dalam minum, yaitu tidak minum berlebihan, memulai minum dengan Basmallah, dan mengakhiri dengan Hamdalah. Selain itu, dianjurkan untuk tidak minum sambil berdiri.

Segi ilmu pengetahuan dari Al Isawi (2002) menunjukkan bahwa pengharaman beberapa makanan dalam Islam memiliki hikmah yang mendalam. Misalnya, makan atau minum secara berlebihan dapat menyebabkan obesitas atau kelebihan berat badan, yang dapat menyebabkan gangguan kejiwaan seperti histeria dan depresi, atau bahkan kecanduan. Selain itu, makan atau minum secara berlebihan juga dapat menyebabkan gangguan pencernaan, seperti dispepsia, yang dapat menimbulkan penyakit penyumbatan arteri dan serangan jantung.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa ajaran Islam tentang adab makan dan minum tidak hanya berdasarkan pada aspek spiritual, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang kuat. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk mempraktekan adab-adab tersebut dalam kehidupan sehari-hari dan menjadikan Islam sebagai pedoman dalam menjaga kesehatan dan keselamatan.

2. Bimbingan dalam Berpakaian

Terdapat tuntunan dalam Islam yang jelas tentang cara berpakaian yang sopan dan sesuai dengan nilai-nilai agama. Bagi wanita, disarankan untuk menutup dada dan tidak menampakkan perhiasan, serta menutup seluruh tubuh kecuali muka dan telapak tangan. Busana wanita juga sebaiknya panjang dan menutupi kaki, tetapi tidak sampai menyapu tanah. Sementara itu, batas aurat pria adalah antara pusat dan lutut. Fungsi pakaian dalam Islam adalah sebagai penutup aurat, yang berarti untuk menutupi bagian tubuh yang tidak boleh dilihat oleh orang lain. Jika seseorang tidak menutup auratnya, maka itu dapat menjatuhkan martabatnya. Selain itu, pakaian juga berfungsi sebagai perhiasan, yang dapat membuat seseorang tampak indah dan serasi. Dengan demikian, pakaian tidak hanya berfungsi sebagai penutup tubuh, tetapi juga sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran diri dan martabat seseorang.

Pakaian yang sopan dan sesuai dengan nilai-nilai agama dapat membantu seseorang untuk menjaga kesucian dan kemuliaan diri, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya menutup aurat. Oleh karena itu,

penting bagi umat Islam untuk memahami dan mempraktekan tuntunan tentang berpakaian yang sopan dan sesuai dengan nilai-nilai agama.

3. Bimbingan untuk berbicara

Islam mengajarkan dalam hal bicara agar senantiasa untuk berbicara dengan baik atau kalau tidak bisa lebih baik diam, tujuannya agar manusia tidak terjerumus dalam godaan setan yang mana nantinya akan merugikan manusia. Keselamatan manusia itu terdapat pada kemampuan untuk menjaga lidahnya.

4. Bimbingan untuk Hati

Hati merupakan bagian yang sangat penting dalam kehidupan seorang mukmin. Oleh karena itu, Islam mengajarkan beberapa prinsip untuk menjaga hati agar tetap bersih dan sehat. Pertama, Islam melarang berburuk sangka kepada manusia. Jika seseorang memiliki prasangka buruk, sebaiknya ia tidak memandang bahwa sangkaannya itu benar. Hal ini dapat membantu mencegah timbulnya konflik dan permusuhan yang tidak perlu. Kedua, Islam melarang dengki dan iri hati. Dengki dapat menghapus segala kebajikan seperti api memakan kayu, dan bahkan dapat membinasakan agama. Jika seseorang dipengaruhi rasa dengki, sebaiknya ia tidak mempraktikkan maksud yang dengki itu. Dengki dapat membuat orang menjadi buta dan tuli, serta menimbulkan hasud yang muncul dalam bentuk memfitnah, dusta, dan provokasi. Ketiga, Islam melarang kesombongan. Islam mengajarkan agar tidak memalingkan wajah dan tidak sombong. Nabi Muhammad saw. bersabda bahwa tidak akan masuk surga orang yang dalam hatinya ada kesombongan, walaupun sebesar semut. Hal ini menunjukkan bahwa kesombongan adalah sifat yang sangat dibenci oleh Allah SWT. Oleh karena itu, seorang mukmin harus selalu berusaha untuk menjaga hatinya agar tetap bersih dan bebas dari sifat-sifat negatif seperti dengki, iri hati, dan kesombongan. Dengan demikian, ia dapat memperoleh kebahagiaan dan keselamatan di dunia dan akhirat.

5. Bimbingan Hidup Bersama Orang tua

Menurut Muhammad Suwaid, terdapat beberapa kaidah yang terkait dengan berbakti kepada orang tua, yaitu:

- a. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada berjihad di jalan Allah
- b. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada istri dan teman,
- c. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada melakukan ibadah haji,
- d. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada menziarahi Rasulullah
- e. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada kecintaan kepada anak-anak,
- f. Mengutamakan berbakti kepada ibu daripada melakukan ibadah-ibadah sunah
- g. Mengutamakan berbakti kepada orang tua daripada hijrah di jalan Allah
- h. Tidak mematuhi mereka jika mereka memerintahkan untuk melakukan maksiat kepada Allah.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa berbakti kepada orang tua merupakan kewajiban yang sangat penting dan harus diutamakan dalam banyak hal, namun dengan catatan bahwa ketaatan kepada Allah harus tetap menjadi prioritas utama

6. Bimbingan Hidup dengan sesama Muslim

Dalam Islam, terdapat tuntunan tentang tata cara bergaul dengan sesama muslim yang sangat penting untuk dipraktikkan. Pertama, Rasulullah mencontohkan kasih sayang dan persaudaraan di antara sesama mukmin. Kedua, salah satu hak yang harus dipenuhi oleh seorang muslim terhadap muslim lainnya adalah memberi salam ketika bertemu, sebagaimana yang diriwayatkan. Ketiga, jika bertemu dengan non-muslim, cukup menjawab salam mereka dengan "Wa'alaikum" saja, seperti yang dicontohkan oleh Rasulullah. Selain itu, orang-orang mukmin harus saling mengasihi, mencintai, dan bersikap baik satu sama lain, seperti tubuh yang jika satu bagian sakit, maka bagian lainnya juga akan merasakan sakit.

Rahasia di balik pelaksanaan adab tersebut adalah agar kita menyadari bahwa orang yang diolok-olok bisa jadi lebih baik daripada yang mengolok-olok, dan bahwa sebagian dari prasangka adalah dosa. Mencari kesalahan orang dan menggunjingnya sama dengan makan daging bangkai saudaranya, yang merupakan perbuatan yang sangat tercela. Di sisi lain, orang yang tidak menyayangi orang lain, maka Allah pun tidak akan menyayangi mereka. Namun, jika dua orang muslim bertemu dan berjabat tangan, maka Allah akan mengampuni dosa-dosa mereka sebelum mereka berpisah, sebagaimana yang diriwayatkan oleh Bukhari. Dengan demikian, penting bagi kita untuk mempraktekan adab-adab tersebut dalam kehidupan sehari-hari dan menjadikan Islam sebagai pedoman dalam bergaul dengan sesama.

7. Bimbingan pergaulan dengan Orang yang Bukan *Muhrim*

Ayat Al-Quran yang mengajarkan adab pergaulan dengan yang bukan muhrim terdapat pada surat Al-Isra' ayat 32, yang mana in menjelaskan bahwa Allah melarang hambanya untuk berbuat zina. Menurut penelitian Abdushshamad M.K (2000) dalam kajian sosial, individu yang sering mengonsumsi konten tidak senonoh terkait lawan jenis cenderung mengembangkan sikap permisif. Hal ini dapat berpotensi mendorong Pergaulan bebas, perilaku seks, tidak bertanggung jawab, peningkatan tindak kejahatan terhadap lawan jenis, penyebaran penyakit mematikan. Fakta yang bisa kita temukan di lingkungan sekitar tentang pergaulan bebas, bisa di liat di melalui media sosial. Betapa banyaknya anak muda yang terjerumus dalam hal-hal negatif, contohnya sex bebas, hamil diluar nikah dan lain-lain

8. Bimbingan untuk Pernikahan

Bimbingan pernikahan menurut Anwar Sutoyo menekankan bahwa pernikahan bukan hanya tentang cinta, tetapi juga tentang komitmen, tanggung jawab, dan kesiapan dalam menghadapi berbagai tantangan.

9. Bimbingan untuk Mengatasi Kebingungan Menentukan Pilihan

Dalam Al-Qur'an dan hadis-hadis Nabi, terdapat pedoman tentang cara menentukan pilihan yang tepat. Pertama, disarankan untuk melakukan Shalat Istikharah. Shalat Istikharah adalah salah satu cara untuk memohon petunjuk dan bimbingan dari Allah dalam menentukan pilihan. Kedua, disarankan untuk melakukan musyawarah dengan keluarga atau dengan pihak-pihak yang adil dan dipercaya mengetahui masalah tersebut. Setelah melakukan musyawarah, hasilnya kemudian diserahkan kepada Allah, seperti yang tercantum dalam Surat Asy-Syura ayat 38 dan Surat Ali Imran ayat 159. Dengan demikian, pilihan yang diambil tidak hanya berdasarkan pada keinginan dan pendapat pribadi, tetapi juga mempertimbangkan pendapat dan saran dari orang lain, serta memohon petunjuk dan bimbingan dari Allah.

10. Bimbingan untuk Membantu mereka yang terlanjur berbuat salah atau dosa

Menurut M. Utsman Najati dalam buku karya Anwar Sutoyo, keyakinan seorang mukmin bahwa Allah menerima permohonan hambanya, mengampuni dosa, dan tidak mengingkari janji-Nya, dapat mendorong individu untuk memohon ampunan-Nya, bertaubat, dan menghindari perbuatan maksiat. Dengan harapan memperoleh ampunan Allah dan ridha-Nya, seorang mukmin akan termotivasi untuk meninggalkan perilaku yang salah dan menggantinya dengan perilaku yang baik. Apabila seorang mukmin benar-benar bertaubat dan konsisten dalam menaati Allah, menyembah-Nya, dan beramal saleh, maka dirinya akan mengalami ketenangan dan ketentraman jiwa. Perasaan berdosa yang menimbulkan kegelisahan dan keguncangan kepribadian akan sirna, digantikan oleh perasaan damai dan lega.

Namun, perasaan bersalah memiliki peran yang sangat penting dalam mengubah tingkah laku. Jika seseorang tidak merasa bersalah, maka mereka tidak akan termotivasi untuk mengubah perilaku yang salah. Oleh karena itu, perasaan bersalah dapat menjadi awal dari proses pertobatan dan perubahan. Tanpa perasaan bersalah, seseorang tidak akan merasa perlu untuk memohon ampun dan mengubah perilaku mereka. Dengan demikian,

perasaan bersalah dapat menjadi katalisator untuk perubahan positif dan pertobatan yang sebenarnya.

11. Bimbingan untuk menghadapi Musibah

Hadis yang menunjukkan tentang musibah yaitu “Musibah yang menimpa orang mukmin bisa jadi sebagai bagian dari cara Allah menghapuskan Sebagian dari kesalahan-kesalahannya” (HR, Bukhari dan Muslim). Ketika menghadapi musibah, hendaknya seseorang selalu diingatkan untuk (a) agar bersabar atas musibah yang dialami dan yakin pasti akan ada hikmah dibalik musibah yang dialami. (b) Musibah terjadi bukan semata-mata terjadi begitu saja tetapi terjadi atas izin Allah, maka dari itu seorang mukmin harus ikhlas menerimanya. (c) musibah yang terjadi itu sifatnya hanya sementara, pasti akan ada masanya diberi kemudahan sesudah kesulitan. (d) setiap musibah dijadikan sebagai sarana untuk memperbaiki diri dan meningkatkan kualitas diri.

C. Teknik Refleksi

1. Pengertian Teknik Refleksi

Menurut Bolton dalam Murad Lesmana (2006) menjelaskan bahwa refleksi merupakan salah satu unsur menyimak atau mendengar, di mana dalam proses mendengarkan konselor harus memperhatikan pesan yang disampaikan oleh klien, dan menyampaikan kembali kepada klien tentang apa yang didengarkannya.

Menurut Sinaga (2023), konselor memiliki peran penting dalam merefleksikan kembali pikiran, perasaan, dan pengalaman klien sebagai hasil dari interaksi mereka, baik melalui perilaku verbal maupun nonverbal. Dengan melakukan refleksi ini, konselor membantu klien untuk lebih memahami dan mengevaluasi apa yang sedang mereka alami dalam proses konseling.

Menurut Sofyan S. Willis (2014), refleksi merupakan teknik konseling yang krusial dalam hubungan antara konselor dan klien. Teknik ini melibatkan keterampilan konselor untuk mencerminkan kembali pikiran, perasaan, dan pengalaman klien berdasarkan pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal mereka. Konselor perlu melakukan ini karena sering kali klien tidak menyadari

perasaan, pikiran, dan pengalaman yang dapat berdampak positif atau negatif bagi mereka.

Menurut Brammer, refleksi adalah cara untuk mengekspresikan pada klien bahwa konselor berada dalam kerangka acuan dan sangat terlibat dalam membantu menangani masalah konseli. Refleksi terdiri dari tiga komponen: perasaan, pengalaman, dan pikiran. Tujuan utama dari keterampilan refleksi adalah untuk memahami pengalaman konseli dan mencoba memahami dunia mereka (Prabowo, 2021).

Dengan demikian, dari beberapa definisi diatas bisa disimpulkan bahwa refleksi adalah teknik penting di mana konselor mencerminkan kembali pikiran, perasaan, dan pengalaman klien berdasarkan pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal. Hal ini bertujuan untuk membantu klien memahami dan mengevaluasi pengalaman mereka dengan lebih baik

2. Jenis-jenis Refleksi

Di dalam teknik refleksi mempunyai 3 jenis refleksi yaitu sebagai berikut

a. Refleksi Perasaan

Refleksi perasaan adalah upaya konselor untuk menyampaikan sikapnya dengan kata-kata baru dan sikap yang penting. Setelah hubungan permulaan dibuat dan sebelum tahap pemberian informasi dan interpretasi dimulai, ini adalah metode penengah yang bermanfaat untuk digunakan. Jadi perhatikan apa itu: positif, negative, dan ambivalen. Komponen merefleksikan perasaan meliputi: (1) Mengawasi perilaku klien. Postur tubuh dan ekspresi wajah klien adalah fokus utama observasi ini (2). Mendengarkan dengan hati-hati. Penekanan utamanya adalah untuk mendengarkan intonasi suara klien dan kata-kata yang diucapkan (3). Hayati pesan yang disampaikan klien. Tujuannya adalah untuk memahami dan memahami apa yang dikatakan klien (4). Identifikasi perasaan yang disampaikan klien, (5) membuat kesimpulan tentang perasaan yang dialami klien, dan (6) Memilih frasa yang tepat untuk menggambarkan perasaan pelanggan (7). Mengevaluasi perasaan klien (Baraja, 2016)

Selanjutnya, Supriyo menyatakan bahwa beberapa manfaat refleksi perasaan dalam proses konseling adalah sebagai berikut: (1) membantu klien untuk merasa dipahami secara menyeluruh, (2) memberi klien perasaan bahwa tingkah laku dipengaruhi oleh perasaan, (3) memfokuskan evaluasi pada klien, (4) memberikan kekuatan untuk memilih, (5) memperjelas pemikiran klien, dan (6) menguji kedalaman motivasi klien (Supriyo & Mulawarman, 2006).

b. Refleksi Pikiran

Menurut Willis, pengertian Refleksi Pikiran adalah kemampuan konselor dalam merefleksikan ide, pemikiran, dan pendapat klien melalui observasi terhadap perilaku verbal dan nonverbal klien (Willis, 2014).

Refleksi pikiran berfungsi untuk:

1. Mengklarifikasi pemikiran klien: Konselor membantu klien menyusun kembali ide atau pendapat mereka yang mungkin sebelumnya tidak jelas.
2. Menyusun ulang perspektif klien: Konselor membantu klien untuk melihat sudut pandang yang berbeda atau lebih luas dari situasi yang mereka hadapi.
3. Memfasilitasi eksplorasi pikiran lebih dalam: Dengan merefleksikan kembali pemikiran klien, konselor mendorong klien untuk menggali lebih dalam pikiran atau ide yang sebelumnya mungkin belum mereka sadari sepenuhnya.

Teknik ini sangat membantu dalam proses pemecahan masalah, karena konselor dapat membantu klien menyusun kembali pemikiran mereka dengan lebih runtut dan jelas, sehingga menghasilkan keputusan atau wawasan yang lebih tepat.

c. Refleksi Pengalaman

Menurut Abu bakar Refleksi pengalaman yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan pengalaman-pengalaman klien sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan non verbal klien. Untuk dapat mengungkapkan isi dari pikiran dan gagasan klien, yang dibutuhkan adalah suatu pernyataan atau ungkapan dalam bentuk representasi mental: yaitu meminta klien untuk dapat menceritakan suatu peristiwa, kejadian, atau pengalaman klien sendiri

terhadap apa-apa yang pernah dialami dan menjadi pengalaman baginya, baik itu menyenangkan atau tidak menyenangkan (Baraja, 2016).

Refleksi Pengalaman (Reflection on Experience) adalah proses di mana individu merenungkan dan mengevaluasi pengalaman yang telah mereka alami untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam dan pembelajaran dari situasi tersebut (Boud, Cohen, & Walker, 2013). Dalam konteks konseling, refleksi pengalaman membantu klien untuk mengeksplorasi dan memahami bagaimana pengalaman masa lalu memengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku mereka saat ini (Duffy, 2021).

Refleksi pengalaman tidak hanya membantu klien memahami dampak dari pengalaman mereka tetapi juga memungkinkan mereka untuk menyusun strategi untuk menghadapi tantangan (Moon, 2004). Setelah mengalami sesuatu, individu harus meluangkan waktu untuk merenungkan pengalaman tersebut agar dapat mengubah pengalaman itu menjadi pemahaman yang lebih dalam dan aplikasi praktis di masa depan.

Berikut ini adalah manfaat refleksi pengalaman beberapa ahli Duffy (2021), Moon (2004), dan Boud, Cohen, & Walker, 2013:

a. Meningkatkan Kesadaran Diri

Refleksi pengalaman membantu individu menjadi lebih sadar akan pola pikir dan perilaku mereka, serta bagaimana pengalaman masa lalu membentuk identitas dan respon mereka terhadap situasi saat ini.

b. Mendukung Pembelajaran Berkelanjutan

Dengan mengevaluasi pengalaman, individu dapat belajar dari kesalahan dan keberhasilan, serta mengembangkan keterampilan baru yang dapat diterapkan dalam situasi serupa di masa depan.

c. Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah

Refleksi pengalaman memungkinkan individu untuk memahami berbagai sudut pandang dan menyusun strategi baru untuk menghadapi tantangan yang dihadapi.

d. Mendorong Pertumbuhan Pribadi

Proses refleksi sering kali memicu perubahan positif dalam diri individu, memotivasi mereka untuk mengejar tujuan dan memperbaiki aspek-aspek tertentu dalam hidup mereka.

3. Tujuan Teknik Refleksi

Teknik refleksi dalam konseling memiliki beberapa tujuan yang penting, yang membantu baik konselor maupun klien untuk mencapai proses terapi yang lebih efektif. Berikut adalah rincian dari lima tujuan utama refleksi (Bruno & Dell'Aversana, 2017) dijelaskan dengan lebih detail:

a. Meningkatkan Kesadaran Diri

Refleksi membantu klien dan konselor untuk memahami diri mereka sendiri secara lebih mendalam. Klien sering kali datang dengan perasaan atau pengalaman yang belum sepenuhnya mereka pahami. Dengan menggunakan teknik refleksi, konselor bisa membantu klien melihat kembali pikiran, perasaan, dan tindakan mereka. Proses ini memperkuat kesadaran diri, yang memungkinkan klien untuk lebih memahami apa yang mereka rasakan dan mengapa mereka bereaksi dalam cara tertentu. Bagi konselor, refleksi adalah alat untuk mengidentifikasi bias atau emosi pribadi yang dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan klien.

b. Mendorong Wawasan Lebih Dalam

Dengan merefleksikan apa yang dibahas dalam sesi, klien dapat menggali lebih dalam ke inti permasalahan mereka. Melalui proses refleksi, klien mungkin mulai memahami pola perilaku yang berulang atau memecahkan masalah yang sebelumnya terlihat kabur. Misalnya, refleksi dapat membantu klien menyadari bagaimana peristiwa masa lalu memengaruhi perilaku mereka saat ini. Wawasan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman mereka tentang diri mereka sendiri, tetapi juga memberi mereka jalan menuju perubahan.

c. Meningkatkan Hubungan Terapeutik

Hubungan antara konselor dan klien sangat penting dalam proses terapi. Refleksi membantu membangun hubungan yang lebih kuat dengan menunjukkan bahwa konselor benar-benar mendengarkan dan memahami apa

yang dirasakan klien. Ketika klien merasa dipahami, mereka cenderung lebih terbuka dan bersedia untuk mengeksplorasi isu-isu yang lebih dalam. Refleksi juga membantu konselor menunjukkan empati dengan menyampaikan kembali emosi atau pengalaman klien, menciptakan ruang yang aman dan mendukung untuk pertumbuhan emosional.

d. Mengidentifikasi Bias dan Asumsi

Refleksi juga bermanfaat bagi konselor untuk mengidentifikasi bias atau asumsi pribadi yang mungkin mereka bawa ke dalam sesi. Dalam proses terapi, konselor mungkin tidak menyadari bahwa mereka memiliki anggapan atau pandangan tertentu yang mempengaruhi cara mereka merespons klien. Dengan merefleksikan diri dan reaksi emosional mereka, konselor bisa lebih sadar akan bias ini dan bekerja untuk menguranginya, sehingga memungkinkan interaksi yang lebih objektif dan etis.

e. Mencegah Burnout

Profesi konselor sering kali penuh dengan tantangan emosional. Berhadapan dengan masalah klien yang beragam dan mendalam bisa membuat konselor merasa lelah atau kewalahan. Refleksi membantu konselor untuk menyaring dan mengelola emosi mereka sendiri, yang bisa membantu mencegah kelelahan atau burnout. Dengan secara rutin merefleksikan apa yang terjadi selama sesi, konselor bisa menjaga keseimbangan emosional dan tetap berfungsi secara efektif dalam jangka panjang.

4. Manfaat Teknik Refleksi

Teknik refleksi dalam konseling memiliki beberapa tujuan yang penting, Tohari Musnamar (2015) menyebutkan bahwa manfaat refleksi itu tiga macam yaitu :

- a. Mendorong seseorang untuk menyadari bahwa seorang konselor atau klien berusaha untuk mendengarkan dan memahami apa yang dikatakan.
- b. Memungkinkan seseorang untuk lebih memahami isi pembicaraan dan perasaan emosional.
- c. Mendorong seseorang atau klien untuk terus melanjutkan pembicaraan.

Berikut adalah rincian dari empat manfaat refleksi menurut Hill (2014) & Lehman (2020) dijelaskan dengan lebih detail:

a. Meningkatkan Pemahaman Klien

Teknik refleksi dalam konseling bertujuan untuk membantu klien memahami perasaan, pikiran, dan perilaku mereka dengan lebih dalam. Ketika seorang konselor merefleksikan apa yang dikatakan atau dirasakan klien, klien diberi kesempatan untuk melihat kembali pengalaman emosional mereka secara lebih jernih. Proses ini memungkinkan klien untuk mengenali pola-pola dalam reaksi emosional mereka, seperti bagaimana mereka merespons situasi tertentu atau menghadapi stres. Pemahaman yang lebih mendalam tentang diri sendiri ini sangat penting karena bisa membantu klien dalam merumuskan strategi perubahan yang lebih efektif dan relevan dengan masalah mereka. Sebagai contoh, klien mungkin menyadari bahwa mereka cenderung bereaksi secara impulsif terhadap situasi tertentu, dan melalui refleksi, mereka dapat mulai merancang cara yang lebih konstruktif untuk merespons situasi serupa di masa depan.

b. Memvalidasi Perasaan Klien

Refleksi juga berfungsi sebagai alat untuk memvalidasi perasaan klien. Ketika konselor mengulangi atau merangkum perasaan klien secara akurat, hal ini memberikan pesan bahwa perasaan klien itu sah dan dimengerti. Perasaan divalidasi ini sangat penting karena dapat membantu klien merasa lebih aman dan terbuka dalam mengungkapkan perasaan yang lebih dalam atau konflik internal yang mungkin belum terungkap sebelumnya. Validasi ini juga merupakan dasar penting dalam membangun hubungan terapeutik yang kuat antara konselor dan klien. Menurut Rogers (2007), hubungan yang dibangun di atas rasa saling percaya ini akan memperkuat ikatan emosional dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi proses konseling yang lebih mendalam.

c. Meningkatkan Kesadaran Emosional

Refleksi memainkan peran penting dalam membantu klien meningkatkan kesadaran emosional mereka. Seringkali, klien mungkin tidak

sepenuhnya menyadari beberapa perasaan atau konflik emosional yang mereka alami. Melalui teknik refleksi, konselor dapat membantu klien untuk lebih menyadari perasaan-perasaan tersebut. Misalnya, klien mungkin menyembunyikan perasaan marah di balik ekspresi ketidakpedulian. Dengan refleksi, konselor dapat membantu klien mengidentifikasi perasaan-perasaan tersembunyi ini, yang sering kali menjadi kunci dalam proses penyembuhan emosional. Setelah kesadaran ini meningkat, klien dapat mulai mengatasi perasaan-perasaan tersebut dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik.

d. Memfasilitasi Pengambilan Keputusan

Teknik refleksi juga dapat membantu klien dalam proses pengambilan keputusan. Dengan merefleksikan apa yang dikatakan atau dirasakan klien, konselor memberikan kesempatan bagi klien untuk melihat masalah mereka dari perspektif yang berbeda. Terkadang, mendengar kembali apa yang mereka katakan dalam bentuk yang lebih terstruktur dapat membuka pandangan baru bagi klien mengenai situasi yang mereka hadapi. Misalnya, klien yang merasa terjebak dalam situasi tertentu mungkin menemukan solusi atau pendekatan baru setelah mendengar refleksi dari konselor. Proses ini membantu membangun kesadaran diri yang lebih tinggi, yang sangat penting dalam pengambilan keputusan yang lebih bijak dan berdasarkan pemahaman yang lebih baik.

D. Urgensi Teknik Refleksi Dalam Layanan Bimbingan Konseling

Teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling memiliki urgensi yang signifikan, terutama dalam membantu klien memahami perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka. Refleksi adalah keterampilan yang digunakan oleh konselor untuk menanggapi pembicaraan klien dengan memantulkan kembali apa yang telah diungkapkan oleh klien. Hal ini penting karena sering kali klien tidak sepenuhnya menyadari perasaan dan pikiran mereka sendiri, sehingga dengan teknik ini, mereka dapat lebih memahami diri mereka dan mengubah perilaku ke arah yang lebih positif.

Seorang konselor berperan sebagai pendengar aktif yang tidak hanya menerima informasi tetapi juga membantu klien untuk melihat kembali apa yang mereka rasakan dan pikirkan. Urgensi teknik refleksi juga terlihat dalam konteks peningkatan

kesadaran diri. Individu dengan kesadaran diri yang baik cenderung memiliki penilaian diri yang lebih akurat dan dapat berperilaku lebih efektif dalam berbagai situasi. Melalui interaksi dalam kelompok, teknik refleksi dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai tertentu serta menghilangkan sikap atau perilaku negatif (Arifien, 2017). Refleksi bukan hanya alat untuk mendalami masalah individu tetapi juga sebagai sarana untuk pengembangan diri dalam konteks sosial. Lebih jauh lagi, penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik refleksi dalam konseling kelompok dapat menghasilkan peningkatan signifikan dalam kesadaran diri siswa. Dalam satu studi, data pre-test dan post-test menunjukkan perubahan positif setelah penerapan konseling kelompok menggunakan teknik refleksi (Saepuloh & Asiyah, 2022).

Hal ini menunjukkan bahwa teknik refleksi tidak hanya efektif dalam konseling individu tetapi juga dalam konteks kelompok, di mana interaksi sosial dapat memperkuat proses reflektif. Secara keseluruhan, teknik refleksi merupakan elemen krusial dalam layanan bimbingan konseling. Dengan membantu klien memahami perasaan dan pikiran mereka melalui pemantulan yang tepat, konselor dapat menciptakan hubungan yang lebih baik dengan klien dan mendorong perubahan positif dalam perilaku mereka (Anggraini & Sunaryo, 2021). Oleh karena itu, teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling bisa berjalan dengan baik apabila konselor dan klien mau bekerja sama untuk menuju tujuan yang lebih baik.

Teknik refleksi memiliki potensi efek positif dalam kehidupan sehari-hari, antara lain meningkatkan kesadaran diri dan pemahaman emosional individu. Dengan merenungkan pengalaman dan tindakan, seseorang dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana, memperbaiki hubungan interpersonal melalui peningkatan empati, serta mengembangkan keterampilan pemecahan masalah yang lebih efektif. Selain itu, refleksi membantu individu memproses perasaan, yang dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental. Dengan demikian, teknik refleksi tidak hanya mendorong pembelajaran dari pengalaman, tetapi juga memotivasi perubahan positif dalam hidup, mendukung pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat serta mendukung

pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat dari teknik refleksi dalam bimbingan konseling.

BAB III

GAMBARAN UMUM FILM BUDI PEKERTI MENGENAI TEKNIK REFLEKSI PADA LAYANAN BIMBINGAN KONSELING

A. PROFIL FILM BUDI PEKERTI

Film Budi Pekerti atau dalam Bahasa Inggris berjudul *Aundragogy* merupakan sebuah film drama yang berasal dari Indonesia, bergenre drama film keluarga yang rilis pada tahun 2023. Film ini disutradarai oleh Wregas Bhanueja dan diproduksi oleh Rekata Studio serta Keningga Pictures, wregas salah satu sutradara yang sukses dalam kancah perfilman Indonesia dengan film yang sebelumnya yaitu *Penyalin Cahaya*. Film budi pekerti pertama kali ditayangkan di bioskop pada tanggal 02 November 2023 serta tayang perdana di festival film Internasional Toronto pada tanggal 09 September 2023. film ini dipilih sebagai official selection di SXSW Sydney 2023 dan menjadi film pembuka di Jakarta Film Week (JFW) 2023, film ini juga banyak masuk kedalam nominasi, diantara lainnya yaitu Santa Barbara Internasional Film festival, festival film Indonesia 2023 dan internasional film festival of India.



Gambar 3.1 Poster Film Budi Pekerti

Film Budi Pekerti mengisahkan perjalanan hidup Bu Prani, seorang pendidik setengah baya yang menjadi korban perundungan daring setelah rekaman video yang menampilkan kemarahannya tersebar luas dan viral di internet. Peristiwa ini mengakibatkan ketenteraman hidup keluarga Bu Prani terusik, karena segala tindakan mereka cenderung disalahartikan oleh masyarakat dan publik. Dampak dari *cyberbullying* tersebut sangat signifikan terhadap kehidupan mereka, tidak hanya merusak keharmonisan keluarga tetapi juga mengancam keberlangsungan karir Bu Prani sebagai seorang guru.

Tabel 3.1

Nama pemain Film Budi Pekerti

Nama Pemain		Berperan Sebagai
1.	Sha Ine Febrianti	Prani Siswoyo
2.	Prily latuconsina	Tita Sulastri
3.	Angga Yunanda	Muklas Waseso
4.	Dwi Sasono	Didit Wibowo
5.	Omara Esteghal	Anggora Sambudi Putra (Gora)
6.	Brydden Fablo Escoba	Boni
7.	Masayu Shelomita	Langit
8.	Buyung Ispramadi	Daru
9.	Valencio	Bimo Hapsono
10.	Dio Fathurohim	Dyan Bryansetio
11.	Yuanita Kurniawati	Ayu Estuningtyas
12.	Nungki Kusumastuti	Bu Tunggul

Sumber : Film Budi Pekerti

Berikut adalah deskripsi karakter dalam film Budi Pekerti sebagai berikut:

1. Bu Prani : Seorang guru BK yang dikenal tegas dan inovatif dalam mendidik siswa-siswanya yang bermasalah. Setelah video perselisihannya di pasar menjadi viral, kehidupannya dan keluarganya terguncang akibat hujatan dari netizen tentang perilaku dirinya sebagai guru BK perihal dampak refleksi yang diberikan kepada siswanya..

2. Pak Didit : Suami Bu Prani yang mengalami depresi akut setelah bisnisnya gagal akibat pandemi. Ia harus menjalani terapi konseling dan menghadapi tekanan tambahan saat masalah yang menimpa istrinya terungkap.
3. Tita : Anak sulung Bu Prani yang bekerja sebagai musisi independen. Ia sering menulis lagu-lagu kritis dan terlibat dalam aktivisme sosial untuk membantu orang-orang yang sedang berjuang mendapatkan keadilan.
4. Muklas : Anak bungsu Bu Prani yang berprofesi sebagai konten kreator. Ia sering membagikan konten tentang kesehatan mental dengan pendekatan unik, yaitu melalui latihan fisik.
5. Gora : Seorang siswa yang menjadi korban perundungan di sekolah dan mendapatkan bimbingan dari Bu Prani. Ia berjuang untuk menemukan jati diri dan mendapatkan kembali rasa percaya dirinya.
6. Daru : Seorang siswa yang mendapatkan refleksi dari bu Prani karena telah membully teman kelasnya.
7. Lintang : seorang siswa yang mendapatkan refleksi karena dia berbohong dan dia tidak mengenal teman-temannya.
8. Boni : siswa yang mempunyai permasalahan di rumah, sehingga dia mendapatkan layanan bimbingan konseling dengan bu Prani.
9. Bu Tunggul : Seorang Psikolog yang memberikan sesi konseling kepada Pak Didit dan Gora, berkat Bu Tunggul juga Bu Prani bisa bertemu lagi dengan Gora.
10. Bimo Hapsono : Seorang siswa yang mendapatkan refleksi dari Bu Prani karena meludah di sembarang tempat.
11. Dyan Bryansetio : Seorang Siswa yang mendapatkan refleksi dari Bu Prani karena merokok Ketika di sekolahan.
12. Ayu Estuningtyas : Seorang Siswa yang mendapatkan refleksi dari Bu Prani karena tidak naik kelas.

B. SINOPSIS FILM BUDI PEKERTI

Bu Prani, seorang guru BK terlibat perselisihan dengan pengunjung di pasar. Sayangnya, kejadian tersebut berhasil direkam oleh seseorang dan diunggah ke media sosial. Karena sikap Bu Prani yang dinilai tidak mencerminkan layaknya seorang guru, ia mendapatkan kecaman dan komentar negatif dari netizen. Tidak hanya Bu Prani yang

terkena *bullying*, keluarganya pun ikut dikecam oleh masyarakat. Segala tindakan dan perlakuan masing-masing anggota keluarganya pun ikut dinilai dari dicari kesalahannya. Sehingga hidup mereka menjadi tidak tenang dan apa pun yang mereka lakukan akan dipandang salah. Selain kehilangan keharmonisan keluarga, hingga Bu Prani terancam kehilangan pekerjaannya.

Penelitian ini terfokuskan kepada Bu Prani yang menjadi guru BK sekolah menengah di Yogyakarta. Setiap guru tentunya pasti mempunyai karakter mengajar atau membimbing muridnya dengan berbeda-beda, salah satu contohnya Bu Prani. Beliau menjadi guru BK yang ingin mengayomi murid-muridnya, Bu Prani tidak pernah menghukum muridnya, melainkan memberi refleksi kepada anak didiknya untuk berpikir tentang semua tindakan yang sudah dilakukan. Refleksi yang dilakukan tentunya beragam, disesuaikan dengan masalah dari muridnya. Awalnya refleksi yang dilakukan oleh bu prani sebagai pengganti hukuman ini dianggap bagus oleh pihak Yayasan sekolah, karena bisa membuat murid-muridnya menjadi lebih baik. Tetapi dalam berjalannya waktu, dengan perselisihan yang dialami oleh Bu Prani, Teknik refleksi yang dilakukan dalam layanan bimbingan konseling ini menuai kontroversi. Ada salah satu alumni dari sekoah yang diampu oleh bu prani membuat video penjelasan tentang efek refleksi yang dilakukan oleh bu prani kepada dirinya, Gora.

C. GAMBARAN TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FIM BUDI PEKERTI

Berdasarkan Penyajian data Teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti, penulis menggunakan kode inisial dalam dialog anat pemeran. Kode (BP) untuk menandai dialog dari Bu Prani, kode inisial (D) untuk Daru, kode inisial (L) untuk Lintang, kode inisial (B) untuk Boni, dan kode inisial (G) untuk Gora. Data yang ditampilkan sesuai dengan model Miles dan Huberman menjadi tiga alur yaitu dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Pada tahap reduksi data peneliti akan memilih, memfokuskan, dan mengorganisasikan data untuk menghasilkan informasi yang bermanfaat untuk peneltian. Selanjutnya pada penyajian data akan focus kepada bagaimana Teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling.

1. Refleksi Perasaan

Refleksi perasaan merupakan upaya konselor untuk menyampaikan perasaan klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal maupun nonverbal dari klien. Adapun aspek dari refleksi perasaan yaitu mengamati tingkah laku klien, menjadi pendengar yang baik, menerima pesan yang disampaikan oleh klien, memahami perasaan yang diungkapkan oleh klien, serta mengkonfirmasi kembali perasaan klien. Representasi refleksi perasaan dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti akan dijelaskan pada tabel dan narasi berikut :

Tabel 3.2

Sesi konseling antara Bu Prani dan Boni

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Duduk dan menghadap ke laptop untuk memulai sesi konseling	Bu Prani memberikan pengharum ruangan kepada Boni dan Boni merasa senang dengan pemberian bu Prani.	21.36-22.23

Uraian yang diatas menggambarkan dari salah satu data representasi teknik refleksi perasaan yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya yang bernama Boni berupa sesi konseling online yang dilakukan di rumah. Ketika malam hari. Pada scene ini Bu Prani memberikan refleksi kepada Boni sebuah pengharum ruangan yang tujuannya agar ketika dirinya merasa tidak nyaman di rumah, maka dia bisa menghirup aroma pengharum ruangan itu. Hal ini digambarkan dalam scene sesi konseling Bu Prani dan Boni dalam percakapan berikut:

BP : *Okey Boni, coba sekarang kamu buka paket yang barusan ibu kirim*

B : (mengangguk dan membuka paket yang diberi oleh Bu Prani)

BP : *Sebelum Pandemi kan kamu sering Sekali masuk ke perpustakaan, leyeh-leyeh disitu selama berjam-jam to. Nah, sekarang ibu kirimkan pengharum ruangan perpustakaan yang setiap 15 menit sekali*

B : *Terima kasih Bu Prani* (menghirup pengharum ruangan tersebut dengan rasa haru)

BP : *Nanti kalau situasi rumah dan orang tua sedang tidak nyaman coba kamu cium aroma itu*

B : (mengangguk dan mencoba menghirup pengharum ruangan lagi)

BP : *Indra penciuman adalah indra yang paling kuat untuk menata perasaan*

B : *Terima kasih banyak Bu Prani*

BP : *Jadi, selamat malam Boni* (Bu Prani melakukan Gerakan dua jari menghadap ke matanya lalu diarahkan ke mata Boni)

Dialog percakapan diatas menjelaskan secara langsung terkait siswa yang diberikan layanan bimbingan konseling dengan refleksi perasaan. Dimana Bu Prani yang sudah mengamati perilaku Boni ketika sebelum pandemi dan pada akhirnya bu prani memutuskan untuk memberikan pengharum ruangan agar Boni merasa lebih tenang ketika situasi dirumahnya terasa tidak nyaman.

Refleksi perasaan berikutnya terdapat pada scene cuplikan video yang diunggah di media sosial oleh alumni yang bernama Ayu Estuningtyas. Dalam video ini, seorang alumni menjelaskan bahwa dengan bantuan Bu Prani dia bisa mengatakan masalahnya kepada orang tuanya kalau dirinya tidak naik kelas. Hal ini digambarkan dalam scene cuplikan video yang di unggah di media social, berikut uraian tabel dan narasi dalam cupikan video tersebut:

Tabel 3.3

Scene cuplikan video yang di unggah alumni tentang refleksi dari Bu Prani

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Di Lorong sekolah sembari memegang Hp	Bu Prani menyimak video yang diihatnya	52.14-52.32

Dulu saya pernah tidak naik kelas, Bu Prani beserta siswa satu kelas mengantar saya berjalan kaki Bersama-sama, tujuannya untuk menguatkan hati saya. Hal ini menguatkan saya untuk ngomong ke orang tua saya kalau saya tidak naik kelas. Terima kasih banyak Bu Prani telah menguatkan hidup saya.

Narasi dalam cuplikan video diatas merupakan salah satu refleksi perasaan yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya. Sebagai konselor, Bu Prani mencoba memahami perasaan Ayu dan mencoba menguatkan Ayu dalam masalah yang sedang dihadapinya. Dengan adanya dorongan semangat dari Bu Prani dan teman-teman kelasnya, akhirnya Ayu bisa mengatakan bahwa dirinya tidak naik kelas kepada orang tuanya. Hal ini peran Bu Prani sebagai konselor sangat dibutuhkan oleh siswa yang sedang mendapatkan kesulitan, yang mana nantinya konselor bisa membantu mengarahkan dan menguatkan klien dalam menghadapi masalahnya.

Refleksi perasaan berikutnya diperoleh oleh Gora. Di dalam scene ini Gora merasa bingung dengan apa yang akan dia lakukan. Kebingungan ini pun membuat Bu Prani mengajak Gora untuk sama-sama merefleksikan perasaan mereka dengan cara menutup kedua telinga mereka dengan headseat, agar kebisingan yang terdengar di telinga dia tidak terdengar lagi, agar lebih sunyi. Hal ini digambarkan dalam uraian tabel dan narasi scene Bu Prani dengan Gora dalam percakapan berikut:

Tabel 3.4

Scene Bu Prani dan Gora di berbaring di kolam

Gambar	Penampilan	Bahasa Tubuh	Menit
	Bu Prani mengenakan seragam Guru dan Gora memakai kaos dan celana serba hitam	Mereka berbaring dikolam	01.35.08 - 01.39.10

BP : *Gora, anakku Mukhlas dia kan suka ngasih healing, tadinya tu netizen percaya sama dia, tapi karena dia ga ngakuin aku ini ibunya, sekarang netizen udah ga percaya lagi sama dia karena dia bohong* (Pada akhir kalimat Bu Prani tertawa dan mengusap air matanya)

G : (Menyalahkan dirinya dan melampiaskan kemarahannya dengan memukul-mukul air kolam)

BP : *Kita Coba Yu, aku juga belum pernah nyobain metode ini. Ini mungkin jadi refleksi terakhirku buat kamu* (Bu Prani mengeluarkan Headset yang dia genggam)

Bu Prani dan Gora akhirnya berbaring didalam kolam

BP : *Kata Mukhlas, kalau dunia terlalu berisik kita tutup telinga kita sebentar saja, lau kita dengarkan detak jantung kita* (Bu Prani dan Gora memang headset di teinga mereka)

BP : *Kita pejamkan mata sebentar, dengarkan detak jantung kita*

G : (Memejamkan kedua matanya)

BP: *Tarik napas yang dalam, berterima kasih untuk hari* (Mereka saling menggenggam tangan)

Dialog percakapan diatas menjelaskan terkait refleksi perasaan yang dilakukan Bu Prani Bersama dengan Gora. Dimana scene ini menggambarkan bagaimana seorang konselor memboca membantu menguatkan kliennya dengan afirmasi positif. Refleksi yang didapatkan Gora adalah menutup telinganya dengan headseat, memejamkan mata, mengatur nafas dan mendengarkan detak jantungnya. Ternyata hal ini bisa membuat Gora lebih tenang, tak perlu memikirkan omongan orang lain yang menyakitkan bagi dirinya. Pada akhir scene, terlihat Bu Prani dan Gora saling menggenggam tangan satu sama lain, yang artinya mereka berusaha untuk saing menguatkan atas masalah yang sedang mereka alami.

Teknik refleksi perasaan adalah salah satu keterampilan yang bertujuan untuk membantu klien dalam memahami, mengklarifikasi, dan mengekspresikan emosi mereka dengan lebih baik. Dalam penerapan teknik ini, konselor akan mengulangi atau merangkum perasaan yang disampaikan oleh klien dengan menggunakan kata-kata yang lebih jelas dan penuh empati. Hal ini membuat klien merasa didengar, dihargai, dan lebih menyadari emosinya.

2. Refleksi Pikiran

Refleksi pikiran merupakan upaya konselor untuk memantulkan ide atau pikiran dari klien. Berikut ini representasi refleksi pikiran dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti akan dijelaskan pada table dan narasi berikut :

Tabel 3.5

Sesi konseling antara Bu Prani dan Lintang

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Duduk dan menghadap ke laptop untuk memulai sesi konseling	Lintang terlihat malas untuk melakukan sekolah <i>daring</i>	16.30-17.58

		dengan <i>oncam</i> , dan Bu Prani segera menegur Lintang untuk menyalakan kameranya	
---	--	--	--

Uraian yang diatas menggambarkan dari salah satu data representasi teknik refleksi pikiran yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya yang Bernama Lintang berupa sesi konseling online yang dilakukan disekolah. Awal mulanya Lintang mengikuti sesi jam sekolah online yang dipantau langsung oleh pihak Yayasan, ketika Bu Prani melihat gambar yang ditampilkan langit tidak bergerak, maka Bu Prani lantas menegurnya. Bu Prani mengeurnya dan bertanya nama-nama teman sekelas Lintang, pada saat itu juga lintang menjawab dengan tidak benar dan berbohong. Pada akhirnya bu prani memberikan refleksi kepada Lintang untuk menuliskan nama-nama teman sekelasnya dengan menggunakan sandi morse. Hal ini digambarkan dalam scene sesi konseling Bu Prani dan Lintang dalam percakapan berikut:

BP : *Sudah dua bulan kamu sekolah di SMP Pengemban Utama ini. Ini siapa?*

L : *Geri*

BP : *Okey, kalau yang ini*

L : *Ga tau buk*

BP : *Ga tau buk. Okey, kalau yang ini?*

L : *Prima*

BP : *Salah. Kalau yang ini?*

L : *Lupa Bu*

BP : *Lupa Bu. Kamu sudah dua bulan lho sekolah disini, tapi kamu belum mengenal teman-teman sekolahmu iki pie to?*

BP: *Sekarang Ibu mau kasih kamu refleksi, sekarang kamu tuliskan nama-nama teman sekelasmu disini, tapi dengan kode morse*

Dialog percakapan diatas menjelaskan secara langsung terkait siswa yang diberikan layanan bimbingan konseling dengan refleksi pikiran yang mana konselor

mencoba memantulkan pikiran permasalahan dari klien. Bu Prani memberikan refleksi keada Lintang untuk menuliskan nama-nama teman sekelasnya yang mana tujuan dari refleksi ini bagus untuk Lintang bisa lebih mengetahui nama teman sekelasnya, dan nantinya akan mempermudah Lintang dalam menjalani aktivitas di sekolahan.

Teknik refleksi pikiran berikutnya terdapat pada scene cuplikan video seorang siswa yang bernama Dyan Bryansetio. Dalam video ini, seorang alumni menjelaskan bahwa dia menerima refleksi berupa membuat batik gambar air ludahnya sendiri karena dia meludah di sembarang tempat di dalam kelas. Tujuan dari refleksi yang diberikan oleh bu Prani kepada Dyan adalah untuk jangan meludah sembarangan karena ludah terdapat bakteri. Hal ini digambarkan dalam uraian tabel scene cuplikan video yang di unggah di media social, berikut narasi dalam cupikan video tersebut:

Tabel 3.6

Scene cuplikan video yang di unggah alumni tentang refleksi dari Bu Prani

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Di Lorong sekolah sembari memegang Hp	Bu Prani menyimak video yang diihatnya	51.35-51.54

Dulu saya pernah meludah sembarang didalam kelas, Bu Prani memberi saya refleksi untuk melihat ludah saya sendiri didalam mikroskop, lalu saya diminta untuk menggambar bakteri-bakteri itu di kain batik, lalu kain batik itu dipamerkan agar siswa yang lain tau bahwa ludah itu banyak sekali mengandung bakteri.

Narasi dalam cuplikan video diatas merupakan salah satu refleksi pikiran yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya. Bu Prani sebagai seorang tenaga pendidik

tentunya memberikan contoh perbuatan yang baik kepada siswanya, meludah sembarangan tentunya bukanlah hal yang baik. Adanya refleksi yang diberikan Bu Prani kepada Dyas ini, tentunya untuk kenyamanan Bersama karena kebersihan Sebagian dari pada iman. Dengan hasil karya batik gambar ludah ini, bisa mengedukasi siswa yang lain akan hal bakteri yang ada di dalam ludah.

Teknik refleksi pikiran berikutnya terdapat pada scene cuplikan video seorang siswa yang bernama Gora. Gora adalah salah satu alumni yang mendapatkan refleksi gali kubur oleh Bu Prani. Hal ini digambarkan dalam uraian tabel scene cuplikan video yang di unggah di media social, berikut narasi dalam cupikan video tersebut:

Tabel 3.7

Scene cuplikan video refleksi Bu Prani dan Daru di kuburan

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Menggunakan baju senam dan Bersiap untuk take video lomba senam	Bu Prani menyimak video yang diihatnya	57.15-58.17

Pada saat SMP dulu saya suka sekali berkelahi, saya berkelahi dengan siswa antar kelas, antar sekolah dan orang-orang di lingkungan kampung. Saya sudah mendapatkan SP 3 dari sekolah dan siap di Drop Out, tapi Bu Prani tak pernah menyerah pada saya. Bu Prani memberikan saya refleksi agar saya belajar; ia menyuruh saya untuk ke kuburan dekat rumah dan disitu saya membantu tukang gali kubur untuk menggali kuburan bagi orang-orang yang baru saja meninggal. Selama 2 bulan saya bolak-balik ke kuburan tiap weekend menggali tanah yang dalamnya lebih dari dua meter; saya melihat orang beragam usia dimakamkan. Lewat pembelajaran gali kubur ini, Bu Prani berharap bahwa saya lebih menghargai hidup dan berhenti berkelahi, perkelahian dapat membawa pada

kematian. Sejak itu saya tidak pernah lagi berkelahi dan saya tidak jadi di DO. Hastag terima kasih Bu Prani.

Narasi dalam cuplikan video diatas merupakan salah satu refleksi pikiran yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya. Bu Prani sebagai seorang tenaga pendidik tentunya ingin membimbing siswanya dengan baik salah satunya dengan memberikan refleksi pikiran kepada Gora untuk melakukan gali kubur. Gora adalah siswa yang suka berkelahi dengan teman lainnya, Bu Prani merasa refleksi ini cocok untuk Gora karena dengan refleksi ini Gora menjadi ingat tentang kematian. Bagi Bu Prani permasalahan tak harus diselesaikan dengan berkelahi, dan untungnya ketika Gora sudah mendapatkan refleksi gali kubur selama 2 bulan, Gora menjadi lebih baik dan tidak berkelahi lagi.

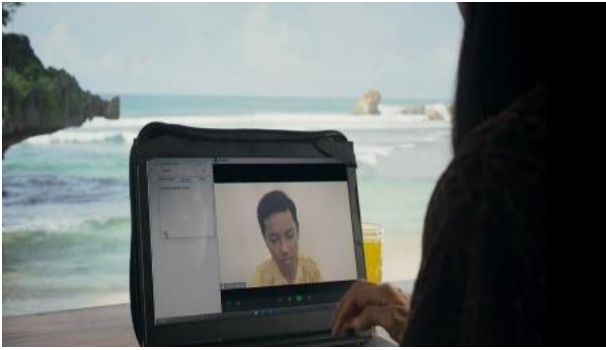
Teknik refleksi pikiran bertujuan membantu klien memahami dan mengklarifikasi pemikirannya. Dalam teknik ini, konselor mengulangi atau merangkum inti pemikiran klien dengan lebih jelas dan objektif, sehingga klien dapat melihat sudut pandangnya sendiri dengan lebih baik. Teknik ini membantu klien mengenali pola pikir, menilai keyakinan yang kurang rasional, dan menemukan wawasan baru terhadap masalahnya. Dengan demikian, klien lebih mudah mencari solusi atau alternatif pemikiran yang lebih konstruktif. Keberhasilan refleksi pikiran bergantung pada keterampilan konselor dalam menangkap inti pemikiran klien dan menyampaikannya dengan cara yang membantu klien berpikir lebih jernih.

3. Refleksi Pengalaman

Refleksi pengalaman merupakan upaya konselor untuk memantulkan pengalaman-pengalaman klien sebagai hasil dari pengamatan konselor. Untuk mengungkapkan pikiran dan gagasan klien, diperlukan suatu pernyataan atau ungkapan yang merepresentasikan pemikiran mereka. Hal ini dapat dilakukan dengan meminta klien untuk menceritakan peristiwa, kejadian, atau pengalaman yang pernah mereka alami. Berikut ini representasi refleksi pengalaman dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti akan dijelaskan pada table dan narasi berikut :

Tabel 3.8

Sesi konseling antara Bu Prani dan Daru

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Duduk dan menghadap ke laptop di ruangan terbuka menghadap pantai untuk memulai sesi konseling	Bu Prani memberikan pengharum ruangan kepada Boni dan Boni merasa senang dengan pemberian bu Prani.	00.26-01.48

Uraian diatas menggambarkan dari salah satu data representasi teknik refleksi pengalaman yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya yang Bernama Daru. Daru mendapatkan layanan konseling karena dia mengata-ngatai temannya dengan sebutan yang kurang pantas, dengan adanya sesi konseling ini daru menjadi sadar bahwa apa yang dilakukan dirinya terhadap temannya itu salah dan dia menyesal sudah melakukan hal itu. Dengan kesalahan Daru ini, Bu Prani memberikan refleksi berupa menanam kecambah tetapi bu prani meminta untuk membandingkan kecambah yang dikata-katai dan kecambah yang tidak dikata-katai. Hal ini digambarkan dalam scene sesi konseling Bu Prani dan Daru dalam percakapan berikut:

BP : *Bodoh... Opo meneh*

D : *Goblok*

BP : *Goblok* (Bu Prani sembari mengetik kata yang diulang oleh Daru)

BP : *Terus*

D : *Tolol, Pethuk*

BP : *Tolol, Pethuk* (Bu Prani sembari mengetik kata yang diulang oleh Daru dan setelah itu Bu Prani menyetel ulang kata-kata yang diucapkan oleh Daru)

BP : *Kata temenmu, kamu mengatai Ningsih dengan sebutan hewan. Hewan apakah itu?*

D : *Ubur-ubur*

BP : *Lha kok iso Ubur-ubur ki pie to?*

D : *Karena ubur-ubur ga punya otak Bu*

BP : *Ubur-ubur* (Bu Prani sembari mengetik kata yang diulang oleh Daru dan setelah itu Bu Prani menyetel ulang kata-kata yang diucapkan oleh Daru)

BP : *Karena kamu mengata-ngatai Ningsih dengan kata-kata ini dia tidak masuk sekolah sudah tiga hari. Ibu mau kamu untuk refleksi.*

Bu Prani memutar ulang rekaman kata-kata dari Daru.

BP : *Kata-kata ini terngiyang-ngiyang di kepala ningsih terus menerus. Putar rekaman ini di kecambah praktikum biologi. Nanti seminggu lagi kamu beri tahu Ibu. Adakah perbedaan kecambah yang dibodoh-bodohin ini dengan yang tidak.*

D : *Baik Bu. Saya sekali lagi minta maaf Bu*

BP : *Terima kasih Daru. Selamat siang* (Bu Prani melakukan Gerakan dua jari menghadap ke matanya lalu diarahkan ke mata Boni)

Dialog percakapan diatas menjelaskan secara langsung terkait siswa yang diberikan layanan bimbingan konseling dengan refleksi pengalaman. Dimana refleksi ini seorang konselor mencoba untuk pemantulkan pengalaman-pengalaman yang sudah diamatinya. Dalam sesi konseling ini, siswa yang Bernama Daru mendapatkan refleksi dari Bu Prani dikarenakan dia berbuat yang tidak baik yaitu mengata-ngatai temannya yang Bernama Ningsih dengan kata-kata hewan dan sebagainya. Bu Prani memberikan refleksi kepada Daru berupa menanam kecambah yang nantinya salah satu kecambahnya akan didengarkan kata-kata Daru yang sudah direkam oleh Bu Prani. Tujuan dari refleksi ini adalah untuk menyadarkan Daru atas Tindakan yang kurang baik kepada temannya, bahwa mengata-ngatai orang ternyata bisa menjadi trauma oleh orang lain. Maka dari itu dalam scene ini juga, Daru terlihat menyesali apa yang sudah diperbuat, dan meminta maaf kepada Bu Prani.

Teknik refleksi pengalaman selanjutnya diperoleh siswa yang Bernama Bimo Hapsono. Dalam video unggahan di media sosial, seorang alumni menjelaskan bahwa dia menerima refleksi berupa memakai baju bergambarkan organ tubuh manusia. Tujuan dari refleksi yang diberikan oleh bu Prani kepada Bimo adalah untuk lebih sadar tentang kesehatan, salah satunya adalah Paru-paru. Hal ini digambarkan dalam

Uraian tabel *scene* cuplikan video yang di unggah di media social, berikut narasi dalam cupikan video tersebut:

Tabel 3.9

Scene cuplikan video yang di unggah alumni tentang refleksi dari Bu Prani

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Di Lorong sekolah sembari memegang Hp	Bu Prani menyimak video yang diihatnya	51.55-52.06

Saya pernah ketahuan merokok dikamar mandi sekolah. Keesokannya, Bu Prani meminta saya mengumpulkan putung rokok yang dibuang sembarangan. Bu Prani meminta saya memakai kaos bergambar organ dalam tubuh manusia dan menempelkan putung rokok itu di Paru-paru.

Narasi dalam cuplikan video diatas merupakan salah satu refleksi pengalaman yang dilakukan oleh Bu Prani kepada siswanya. Yang mana refleksi ini seorang konselor mencoba untuk memantulkan pengalaman-pengalaman yang sudah diamatinya. Didalam cuplikan video tersebut dijelaskan kalau Bimo mendapatkan refleksi sebagai pengganti hukuman karena dirinya ketahuan merekok di kamar mandi sekolah. Bu Prani memberikan refleksi kepada Bimo untuk memakai baju bergambar organ tubuh manusia. Tujuannya agar Bimo tahu bahayanya merokok, yang mana nanti akan merusak organ tubuhnya.

Teknik refleksi pengalaman selanjutnya terdapat pada *scene* yang dilakukan oleh Bu Prani bersama dengan Gora. Pada scene ini, Bu Prani diajak Gora untuk ke kuburan, Gora memberi tahu hasil gali kubur yang sudah dia lakukan selama 2 bulan

bertahun-tahun lalu. Hal ini digambarkan dalam uraian tabel *scene* sesi konseling Bu Prani dan Gora dalam percakapan berikut:

Tabel 3.10

Scene ketika Gora menjelaskan permasalahannya di kuburan kepada Bu Prani

Gambar	Penampilan	Bahasa tubuh	Menit
	Sedang berada dikuburan, keduanya duduk dan memegang payung sendiri-sendiri	Bu Prani terus mendengarkan perkataan Gora, dan Bu Prani berfikir apakah ini salah dia.	1.24.10-01.26.51

G : Kalau yang ini 2,5 meter Bu. Waktu itu kita ngegali, pas jenazahnya datang jebul tingginya dua meter. Pas dimasukin ini ni bu, kakinya mentok. Dan akhirnya kita buru-buru gali lagi Bu

G : Kalau ini simbah-simbah Bu, keluarganya ga ada yang mau turun, karena beda ibu, jadi saya yang harus turun. Megangnya tu harus gini ni Buk, dipeluk kayak gini. Badannya tu dingin banget kayak lantai, kayak ini. Karena badan saya kecil, pas mau naik keatas lagi, ke peleset saya, untung jatuhnya kena kak

BP : Hanya mengikuti Gora dibelakangnya

G : Yang itu Bu. Kalau yang ini karya solo karir saya buk. Saya mengerjakan sendiri, single. Bayi umur 1,5 tahun. Orang tuanya cekcok, main tangan ga sengaja kena, jatuh brughh. Gora memegang kuburan itu dan mencium tangannya.

BP : Huhh... Maafkan saya Gora, saya telah membuat kamu trauma sedemikian rupa sehingga kamu harus ke psikolog

G : Waktu SMA dulu, saya pernah dibacok bu, musuh lama saya, dendam mungkin. Terus saya udah siap mau bales bu, tapi ini mengingatkan saya untuk

tidak, untuk jangan, untuk ojo. Hidup tu berharga, makannya saya buat ini tato biar saya inget terus

BP : Menangis sesegukan

G : *Bu, sampun Bu. Gora menghampiri dan memeluk Bu Prani*

G : *Bu, saya udah keluar dari gauntinta Bu, mereka orang-orang brengsek. Mendiagnosa saya seenak-enak mereka, nuduh saya trauma, nuduh saya depresi, itu semua ga bener Bu.*

Dialog percakapan diatas menjelaskan dampak dari refleksi pengalaman yang diberikan Bu Prani kepada Gora. Orang-orang mengira Gora ke psikolog karena trauma akibat refleksi gali kubur yang diberikan oleh Bu Prani. Padahal refleksi inilah yang membuat dirinya saya akan perbuatan yang kurang baik itu, Dimana dia menjadi ingat akan tentang kematian dan lebih menyayangi dirinya sendiri.

Teknik refleksi pengalaman dalam bimbingan dan konseling bertujuan membantu klien memahami dan merenungkan pengalaman mereka. Dalam teknik ini, konselor merangkum atau mengulang inti pengalaman klien agar mereka dapat lebih memahami, menemukan makna, dan belajar darinya. Teknik ini meningkatkan kesadaran diri klien, membantu mereka melihat kaitan antara pengalaman masa lalu dan kondisi saat ini, serta mendukung pengambilan keputusan yang lebih baik di masa depan. Jika dilakukan dengan empati dan pemahaman mendalam, refleksi pengalaman dapat membantu pertumbuhan pribadi dan pemecahan masalah klien.

Berdasarkan deskripsi data diatas, maka untuk mempermudah pemahaman terhadap representasi Teknik refleksi dalam layanan konseling dapat disederhanakan dalam tabel berikut :

No	Teknik Refleksi	Keterangan
1.	Refleksi perasaan	Dalam teknik ini, konselor menyampaikan kembali atau merangkum perasaan klien dengan kata-kata yang lebih jelas dan penuh

		empati, sehingga klien merasa dipahami, dihargai, dan lebih menyadari emosinya.
2.	Refleksi pikiran	Dalam refleksi ini, konselor menyampaikan kembali atau merangkum gagasan utama klien secara lebih jelas dan objektif, sehingga klien dapat memahami perspektifnya sendiri dengan lebih baik.
3.	Refleksi pengalaman	Dalam refleksi ini konselor merangkum atau mengulang inti pengalaman klien agar mereka dapat lebih memahami, menemukan makna, serta dapat membantu pertumbuhan pribadi dan pemecahan masalah klien.

Tabel diatas menunjukkan bahwa representasi teknik refleksi dalam layanan konseling pada film Budi pekerti dapat disimpulkan bahwa teknik refleksi dalam layanan bimbingan dan konseling merupakan suatu metode yang bertujuan untuk membantu klien dalam memahami serta mengeksplorasi emosi, pikiran, dan pengalaman mereka secara lebih mendalam. Teknik ini terdiri dari tiga jenis utama, yaitu refleksi perasaan, refleksi pikiran, dan refleksi pengalaman. Refleksi perasaan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran klien terhadap emosinya sehingga mereka dapat mengelolanya dengan lebih baik. Sementara itu, refleksi pikiran membantu klien dalam memahami sudut pandang dan pola pikirnya secara lebih jernih dan objektif. Adapun refleksi pengalaman berfungsi untuk merangkum serta menafsirkan pengalaman klien agar mereka dapat menemukan makna dari kejadian yang dialami, sehingga dapat mendorong pertumbuhan pribadi dan membantu dalam penyelesaian masalah.

Representasi teknik refleksi dalam film Budi Pekerti berdasarkan dengan data narasi diatas, maka dapat disimpulkan representasi dalam layanan bimbingan konseling film Budi Pekerti menunjukkan tiga teknik refleksi yaitu a) Refleksi perasaan digunakan untuk menunjukkan empati kepada individu yang mengalami tekanan sosial., b) Refleksi pikiran berperan dalam membantu individu memahami posisinya dalam suatu konflik., dan

c) Refleksi pengalaman dapat mendorong individu untuk mengambil pelajaran dari peristiwa yang mereka alami di masa lalu. Penggambaran teknik refleksi dalam film Budi Pekerti sebagaimana diatas memiliki kontribusi penting bagi konselor atau mahasiswa BPI dalam rangka mempelajari salah satu teknik konseling yaitu teknik refleksi untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalah.

BAB IV

ANALISIS HASIL REPRESENTASI TEKNIK REFLEKSI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING PADA FILM BUDI PEKERTI

Teknik refleksi dalam bimbingan konseling merupakan metode yang digunakan oleh konselor untuk mengulang atau menyampaikan kembali perasaan, pikiran, atau pengalaman yang telah diungkapkan oleh klien. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu klien memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai emosinya, meningkatkan kesadaran diri, serta memberikan kejelasan terhadap apa yang mereka rasakan. Dalam praktiknya, konselor akan merangkum atau menyatakan ulang pernyataan klien dengan bahasa yang lebih jelas dan terarah, sehingga klien dapat melihat situasi mereka dari sudut pandang yang lebih objektif. Dengan demikian, teknik refleksi berperan penting dalam membangun hubungan empati antara konselor dan klien (Willis, 2014). Tujuan utama dari teknik refleksi adalah membantu klien menggali perasaan dan pikirannya dengan lebih mendalam. Dengan teknik ini, klien dapat mengenali pola pikir atau emosi yang mungkin sebelumnya tidak mereka sadari. Selain itu, refleksi juga membantu klien menjadi lebih terbuka dan jujur dalam mengungkapkan perasaannya, sehingga proses penyelesaian masalah menjadi lebih mudah. Teknik ini juga berperan dalam membangun kepercayaan antara konselor dan klien, karena menunjukkan bahwa konselor benar-benar mendengarkan dan peduli terhadap kondisi emosional klien.

Dalam perspektif Islam, teknik refleksi sejalan dengan konsep introspeksi diri atau *muhāsabah*. Islam menekankan pentingnya mengenali diri sendiri dan mengelola emosi dengan baik, sebagaimana disebutkan dalam firman Allah dalam Al-Qur'an, Surat Al-Hasyr ayat 19 :

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

“Janganlah kamu seperti orang-orang yang melupakan Allah sehingga Dia menjadikan mereka lupa kepada diri mereka sendiri. Mereka itulah orang-orang fasik.”

Ayat ini mengingatkan bahwa kesadaran diri merupakan aspek penting dalam kehidupan seorang Muslim. Dengan menerapkan teknik refleksi dalam bimbingan dan konseling, seseorang dapat lebih memahami dirinya, mengendalikan emosinya dengan

bijak, serta mempererat hubungannya dengan Allah dan sesama manusia. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dilihat dari sesi konseling yang dilakukan oleh Bu Prani menggunakan teknik refleksi kepada Siswa-siswanya. Berikut adalah teknik refleksi dalam layanan konseling yang terdapat pada film Budi Pekerti.

1. Refleksi Perasaan

Refleksi perasaan adalah upaya konselor untuk menyampaikan sikapnya dengan kata-kata baru dan sikap yang penting. Refleksi perasaan merupakan upaya konselor untuk menyampaikan perasaan klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal maupun nonverbal dari klien. Berikut ini bentuk Teknik refleksi perasaan pada film Budi Pekerti :



Gambar 4.1

Bimbingan untuk hati (Sesi konseling Bu Prani dengan Boni untuk ketenangan hati)

Pada gambar diatas, ditampilkan scene sesi konseling antara Boni dan Bu Prani. Dalam scene ini, Bu Prani memberikan pengharum ruangan kepada Boni, tujuannya untuk membuat Boni tidak cemas dan bisa menghirup aroma parfum ruangan ketika suasana di dalam rumahnya sedang tidak baik. Konselor mencoba untuk menenangkan hati kliennya, memberikan afirmasi-afirmasi positif agar kliennya tidak merasa sendirian, bentuk afirmasi positifnya yaitu *“Nanti kalau situasi rumah dan orang tua sedang tidak nyaman coba kamu cium aroma itu, Indra penciuman adalah indra yang paling kuat untuk menata perasaan”*. Apa yang dilakukan oleh Bu Prani menjadi penguat bagi Boni dalam menjalani kehidupan dan ketenangan hatinya. Rasa kasih sayang dan aman merupakan kebutuhan mendasar bagi jiwa manusia dalam

ketenangan hati. Jika seseorang tidak mendapatkan kasih sayang dari orang-orang di sekitarnya, hal itu dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional (Darajat, 2016). Upaya yang dilakukann oleh konseor kepada klien ini merupakan salah satu layanan konseling individu untuk mendapatkan sesi konseling yang mana nantinya akan membuat hati klien lebih tenang seperti yang dijelaskan dalam Al-quran Surat Ar-rad ayat 28 yang berbunyi :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Ayat diatas menjelaskan bahwasannya seseorang yang selalu mengingat Allah SWT maka akan mendapatkan ketengan hati. Jiwa yang damai adalah jiwa yang memanfaatkan segala nikmat dari Allah sebagai jalan untuk mencapai ketenangan dan mendekatkan diri kepada-Nya (Wahyudin, 2009). Dalam konteks bimbingan dan konseling, ketenangan jiwa dapat dicapai melalui teknik refleksi perasaan, di mana konselor membantu klien menyadari dan memahami emosi yang mereka rasakan. Tujuan sesi konseling dari scene ini adalah untuk menenangkan hati, yang mana ini setara dengan tujuan konseling Islam membantu orang menata kembali kepribadiannya sesuai dengan ajaran Islam, memahami arti hidup, mengatasi gangguan emosional, beradaptasi dengan lingkungan sosial, mendapatkan kebahagiaan dan kepuasan, mengembangkan potensi diri, mengatasi kecemasan, dan belajar berperilaku lebih sesuai dan adaptif (Anivitariany Aqilah, 2023).

Setiap individu mengalami beragam peristiwa hidup yang membawa berbagai macam emosi. Sebagian mudah dikenali, namun banyak pula yang tersembunyi dalam diam. Perasaan-perasaan ini kerap tidak disadari, bahkan oleh diri sendiri. Dalam proses konseling, konselor hadir sebagai sosok yang membantu mengangkat kembali kesadaran akan emosi tersebut melalui teknik refleksi yang empatik. Pemahaman yang tumbuh dari proses ini membuka jalan bagi klien untuk melihat setiap pengalaman hidup sebagai bagian dari rencana Allah, yang mengandung hikmah dan layak disyukuri. Proses ini dapat mendorong individu untuk lebih menerima diri, menemukan

makna dalam setiap kejadian, dan pada akhirnya mencapai ketenangan batin yang lebih dalam. Proses konseling pada scene ini juga menggunakan adanya asas kegiatan yang mana seorang klien turut serta dalam mengeksplorasi dan memecahkan masalah mereka. Scene selanjutnya Teknik refleksi perasaan dapat dilihat pada cuplikan video seorang siswa yang mendapatkan refleksi perasaan oleh Bu Prani, berikut data dokumentasi dan penjelasannya :



Gambar 4.2

Bimbingan dalam menghadapi musibah

Cuplikan *scene* video diatas, menampilkan Bu Prani dan para siswanya. Pada cuplikan video ini, Bu Prani dan para siswa lainnya mengantarkan siswa yang bernama Ayu untuk pulang kerumah, Ayu takut untuk pulang kerumah karena dia bingung untuk menjelaskan kepada orang tuanya bahwa ia tidak naik kelas. Sebagai konselor tentunya Bu Prani membantu Ayu dalam permasalahan ini dengan cara mengajak siswa lainnya untuk mengantarkan ayu kerumah, tindakan ini mencerminkan empati yang mendalam, di mana seorang konselor berusaha memahami perasaan siswa secara emosional dan fisik. Scene yang menunjukkan cuplikan video yang berisi refleksi Bu Prani kepada siswanya yang bernama Ayu berupa mengantarkan Ayu bersama teman-temannya untuk pulang kerumah karena dia takut kepada orang tuanya akan hal dirinya yang tidak naik kelas, pada dasarnya bisa dikatakan menjadi nilai bimbingan dalam menghadapi musibah karena pada scene ini terdapat unsur sabar, Ikhlas menerima dan yakin setiap musibah yang diberikan oleh Allah SWT tidak akan melampaui batas kemampuan dari umatnya (Said, 2005).

Tindakan Bu Prani dalam film *Budi Pekerti* merepresentasikan praktik refleksi perasaan yang efektif dalam proses konseling. Ketika seorang siswa menghadapi tekanan emosional akibat musibah yang menimpanya, Bu Prani tidak serta-merta memberikan nasihat atau penilaian. Sebaliknya, ia menunjukkan empati melalui sikap penerimaan, ekspresi wajah yang lembut, serta bahasa tubuh yang terbuka. Respons semacam ini menunjukkan bahwa Bu Prani memahami dan menghargai perasaan siswa tanpa menghakimi. Teknik refleksi perasaan seperti ini sejalan dengan teori konseling humanistik yang menekankan pentingnya empati dan penerimaan tanpa syarat sebagai dasar hubungan konseling yang sehat. Konselor tidak hanya sekadar mendengar, tetapi juga memantulkan kembali emosi yang tersirat agar klien merasa dipahami secara mendalam. Sikap ini memperkuat kepercayaan klien terhadap konselor, serta membuka ruang bagi eksplorasi emosi yang lebih jujur. Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini tidak hanya membentuk hubungan yang suportif antara guru dan siswa, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang aman secara emosional. Ketika siswa merasa didengar dan diterima, potensi mereka untuk bangkit dan menemukan makna dalam pengalaman hidup pun semakin besar. Bu Prani, dengan ketulusannya, menunjukkan bahwa menjadi pendamping yang baik bukan soal memberikan solusi cepat, melainkan menghadirkan ruang nyaman untuk memproses rasa (Willis, 2013).

Pendekatan Bu Prani juga mencerminkan nilai-nilai spiritual yang relevan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menghadapi musibah, seseorang memang memerlukan pendamping yang tidak hanya memahami perasaan secara rasional, tetapi juga dapat meresapinya secara emosional dan spiritual. Ketika siswa mengalami keterpurukan, dukungan yang diberikan Bu Prani tidak sekadar menenangkan, tetapi juga mengarahkan siswa untuk menerima kenyataan sebagai bagian dari takdir yang harus dijalani dengan sabar. Proses refleksi ini membuka peluang bagi klien untuk melihat musibah sebagai cara Allah menunjukkan kasih-Nya—yakni melalui ujian yang menguatkan dan mendewasakan. Dalam perspektif konseling Islami, pendekatan seperti ini mengarah pada tazkiyatun nafs atau penyucian jiwa, di mana setiap cobaan dapat dijadikan sarana untuk memperbaiki diri dan meningkatkan kualitas hidup. Konselor berperan sebagai fasilitator yang membimbing klien agar menemukan

makna, bersyukur, dan tetap teguh menghadapi tantangan hidup. Sikap sabar, ikhlas, serta usaha untuk memperbaiki diri merupakan hasil dari proses refleksi perasaan yang dibimbing dengan empati dan nilai spiritual. Dalam hal ini, Bu Prani tidak hanya menjadi pendidik, tetapi juga seorang pembimbing ruhani yang membawa siswa menuju kedewasaan emosional dan spiritual (Sutuyo, 2013). Selanjutnya, teknik refleksi perasaan terdapat pada scene antara Bu Prani dengan Gora, berikut data dokumentasi dan penjelasannya :



Gambar 4.3

Bimbingan untuk Mengatasi Kebingungan Menentukan Pilihan

Pada gambar diatas menunjukkan refleksi terakhir yang bisa diberikan Bu Prani kepada Gora. Dalam scene ini dijelaskan bahwa gora kebingungan dalam memilih Keputusan dan dirinya merasa bersalah atas apa yang sudah dia lakukan. Kebingungan dalam menentukan pilihan sering kali muncul akibat tekanan emosional, perasaan bersalah, atau ketidakpastian akan konsekuensi yang akan dihadapi (Rahmah et al., 2023). Teknik refleksi perasaan dapat menjadi strategi yang efektif dalam situasi ini, karena membantu individu memahami emosi yang sedang dirasakannya, sehingga ia dapat mengambil keputusan dengan lebih jernih.

Hal ini terlihat dalam salah satu adegan film *Budi Pekerti*, di mana Gora berada di kolam bersama Bu Prani. Dalam adegan tersebut, Gora merasa bersalah atas permasalahan yang sedang dihadapinya dan mengalami kebingungan dalam menentukan langkah selanjutnya. Alih-alih langsung memberikan solusi atau menasihati, Bu Prani menggunakan teknik refleksi perasaan dengan mendengarkan secara empatik dan mencerminkan kembali perasaan yang dialami oleh Gora. Ia

membantu Gora menyadari bahwa emosi yang ia rasakan adalah sesuatu yang valid, sehingga Gora dapat menerima perasaannya terlebih dahulu sebelum mencari solusi.

Pendekatan yang dilakukan Bu Prani mencerminkan prinsip dasar refleksi perasaan dalam bimbingan, yaitu memberikan ruang bagi individu untuk mengungkapkan emosinya tanpa merasa dihakimi. Dengan cara ini, Gora perlahan bisa memahami dirinya sendiri, mengurai kebingungan yang dirasakannya, dan mendapatkan kejelasan dalam mengambil keputusan. Teknik ini menunjukkan bahwa dalam proses menentukan pilihan, bukan hanya logika yang perlu diperhatikan, tetapi juga bagaimana seseorang memahami dan mengelola emosinya agar dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana. Dalam scene ini juga terdapat asas-asas konseling yaitu salah satunya asas kerahasiaan yaitu bagaimana seorang konselor bisa menjaga privasi kliennya, serta ada asas keterbukaan merupakan dorongan konselor kepada klien untuk terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya (Prayitno, 2013) Pada *scene* ini, Bu Prani menjaga rahasia Gora untuk rasa aman dan percaya sehingga Gora pun bisa terbuka atas semua perasaan untuk di ungkapkan kepada Bu Prani.

Dalam ketiga scene diatas, tujuan dari konseling adalah membantu klien dalam memahami diri sendiri, mendukung atas Keputusan klien, membantu mengatasi masalah emosional serta mengembangkan keterampilan sosial (Dianovi et al., 2022). Dalam teknik refleksi itu dirujuk pada teori bimbingan dan konseling islam Teknik refleksi itu mampu membantu untuk ketenangan, membantu untuk menghadapi musibah, yang ketiga untuk mengatasi kebingungan untuk menentukan pilihan.

2. Refleksi Pikiran

Refleksi Pikiran adalah kemampuan konselor dalam merefleksikan ide, pemikiran, dan pendapat klien melalui observasi terhadap perilaku verbal dan nonverbal klien (Willis, 2014). Teknik ini sangat berguna dalam membantu individu menyelesaikan permasalahan, karena konselor dapat membimbing klien dalam merangkai kembali pemikiran mereka secara lebih terstruktur dan sistematis, sehingga mereka dapat

memperoleh pemahaman yang lebih jelas serta membuat keputusan yang lebih tepat. Berikut ini bentuk Teknik refleksi perasaan pada film *Budi Pekerti* :



Gambar 4.4
Bimbingan untuk berbicara

Pada scene yang ditampilkan diatas, Refleksi pikiran memiliki peran penting dalam membantu seseorang memahami pola seseorang, sehingga dapat berkomunikasi dengan lebih terbuka dan jujur. Teknik ini sangat bermanfaat dalam bimbingan berbicara, khususnya bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri atau cenderung menghindari kejujuran dalam percakapan. Penerapan refleksi pikiran dapat dilihat dalam film *Budi Pekerti*, ketika Bu Prani mengadakan sesi konseling online dengan Lintang. Awalnya, Lintang mengikuti kelas daring yang dipantau langsung oleh pihak yayasan. Namun, Bu Prani menyadari bahwa gambar di layar tidak mengalami perubahan, yang mengindikasikan bahwa Lintang mungkin tidak benar-benar hadir. Saat diminta menyebutkan nama teman-teman sekelasnya, Lintang justru memberikan jawaban yang tidak sesuai dan berbohong.

Alih-alih memberikan hukuman atau teguran keras, Bu Prani menggunakan refleksi pikiran sebagai pendekatan untuk membantu Lintang memahami perbuatannya. Ia memberinya tugas kreatif, yaitu menuliskan nama teman-temannya menggunakan sandi morse. Cara ini tidak hanya membuat Lintang lebih sadar akan tindakannya, tetapi juga melatihnya untuk berpikir lebih dalam mengenai kejujuran dan bagaimana cara mengungkapkan sesuatu dengan lebih baik. Pendekatan Bu Prani menunjukkan bahwa dalam bimbingan berbicara, konselor sebaiknya tidak hanya

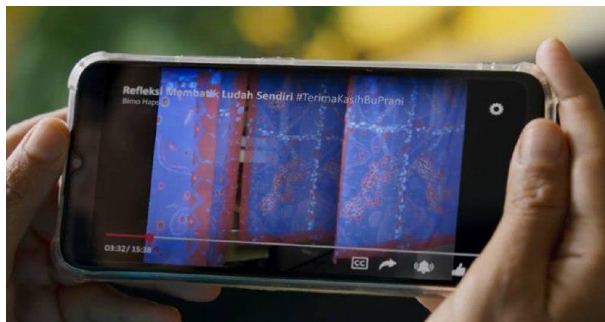
menegur atau memberi instruksi, tetapi juga membimbing individu untuk lebih memahami tindakan mereka, sehingga dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih efektif.

Dalam nilai-nilai bimbingan dalam *ihsan* (Sutoyo, 2013), bimbingan hidup dengan sesama Muslim menekankan pentingnya membangun sikap saling peduli, menjaga kebersihan, dan menanamkan nilai-nilai kebaikan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk menanamkan nilai-nilai ini adalah melalui refleksi pikiran, yang membantu individu memahami dampak dari tindakan mereka terhadap orang lain. Selanjutnya ini menampilkan gambar cuplikan dari teknik refleksi pikiran :



Gambar 4.5

Bimbingan Hidup dengan Sesama Muslim



Pendekatan ini terlihat dalam film *Budi Pekerti*, ketika Bu Prani memberikan refleksi kepada Dyas terkait kebiasaannya meludah sembarangan. Sebagai tenaga pendidik, Bu Prani tidak hanya menegur Dyas, tetapi juga memberikan contoh nyata tentang pentingnya menjaga kebersihan, mengingat dalam Islam kebersihan merupakan bagian dari iman. Melalui refleksi pikiran, Bu Prani membimbing Dyas untuk menyadari bahwa kebiasaannya tidak hanya mengganggu kenyamanan orang lain, tetapi juga berdampak pada kesehatan (Agustina, 2021). Sebagai bentuk edukasi

lebih lanjut, Bu Prani mengajak Dyas membuat karya batik bergambar ludah, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa lain tentang bahaya bakteri yang terdapat dalam ludah. Pendekatan ini menunjukkan bahwa dalam bimbingan hidup dengan sesama Muslim, penting untuk menanamkan nilai-nilai kebersihan, kepedulian, dan tanggung jawab sosial dengan cara yang tidak hanya bersifat instruktif, tetapi juga reflektif dan kreatif. Dengan demikian, siswa tidak hanya memahami pentingnya kebersihan, tetapi juga tergerak untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari demi kenyamanan bersama.

Representasi Teknik refleksi pikiran juga dapat dikaitkan dengan nilai-nilai bimbingan hidup sesama Muslim, menanamkan kesadaran akan nilai-nilai moral dan spiritual sangatlah penting agar seseorang dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik (Sutoyo, 2013). Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah melalui refleksi pikiran, yang membantu individu memahami konsekuensi dari tindakan mereka serta menemukan makna yang lebih dalam dari setiap pengalaman hidup. Dibawah ini menampilkan gambar cuplikan dari Teknik refleksi pikiran dalam bimbingan hidup sesama manusia :



Gambar 4.6
Bimbingan Hidup dengan Sesama Muslim

Hal ini terlihat pada scene film *Budi Pekerti*, ketika Bu Prani memberikan refleksi pikiran kepada Gora, seorang siswa yang sering terlibat perkelahian. Sebagai seorang pendidik, Bu Prani tidak serta-merta menghukumnya, melainkan membimbingnya dengan cara yang lebih mendalam, yaitu meminta Gora untuk mengikuti kegiatan gali kubur. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *tazkiyatun nafs*

dalam konseling Islam, yang menekankan penyucian jiwa melalui introspeksi dan perenungan mendalam. Dengan merenungkan kematian, individu diharapkan dapat memahami makna hidup yang lebih dalam, mengendalikan hawa nafsu, dan menjauhi perilaku negatif seperti kekerasan (Husniati & Hadori, 2025). Refleksi ini dipilih agar Gora dapat merenungkan tentang kehidupan dan kematian, sehingga ia menyadari bahwa kekerasan bukanlah solusi dalam menyelesaikan masalah.

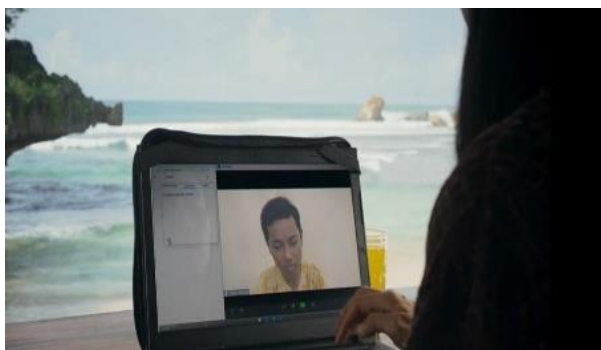
Kegiatan gali kubur yang diberikan makna filosofis kepada Gora bukan sekadar hukuman, melainkan sebuah bentuk refleksi mendalam tentang kehidupan dan kematian. Dengan menggali kubur, seseorang diingatkan bahwa hidup ini fana, sehingga setiap tindakan yang dilakukan seharusnya memiliki makna yang lebih baik dan bermanfaat bagi sesama. Melalui proses ini, Gora diberikan kesempatan untuk merenung tentang konsekuensi dari tindakannya. Ia mulai menyadari bahwa perkelahian hanya membawa kerugian, baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Kedekatan dengan kematian sebagai refleksi utama dari kegiatan ini membuatnya lebih sadar akan pentingnya menjaga hubungan baik dengan sesama. Setelah dua bulan menjalani refleksi gali kubur, Gora mengalami transformasi dalam cara berpikir dan bertindak. Ia tidak lagi melihat perkelahian sebagai satu-satunya jalan keluar dari konflik, melainkan mulai memahami pentingnya penyelesaian masalah secara damai.

Bagi Bu Prani, pertikaian tidak harus selalu diselesaikan dengan perkelahian, melainkan dengan kesadaran diri dan perubahan sikap. Pendekatan ini menunjukkan bahwa dalam bimbingan hidup sesama Muslim, penting untuk menanamkan kesadaran akan makna hidup dan kematian sebagai pengingat agar seseorang bertindak lebih bijak, menjauhi keburukan, dan menjalani kehidupan yang lebih damai sesuai dengan ajaran Islam.

3. Refleksi Pengalaman

Refleksi pengalaman yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan pengalaman-pengalaman klien sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan non verbal klien (Baraja, 2016). Agar klien bisa mengungkapkan dan menceritakan pengalamannya, maka diperlukan suatu pernyataan atau ekspresi yang merepresentasikan pikirannya secara mental. Hal ini dapat dilakukan dengan meminta

klien untuk menceritakan peristiwa, kejadian, atau pengalaman pribadi yang pernah dialaminya, baik yang menyenangkan maupun yang kurang menyenangkan. Melalui proses ini, klien dapat lebih memahami serta merefleksikan pengalaman yang berpengaruh dalam kehidupannya. Berikut ini bentuk teknik refleksi pengalaman pada film Budi Pekerti :



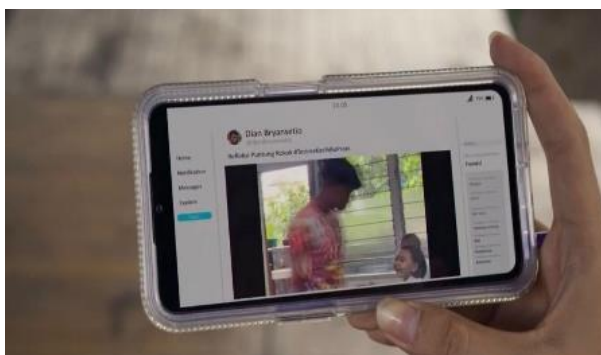
Gambar 4.7
Bimbingan untuk berbicara

Dalam bimbingan untuk berbicara, teknik refleksi pengalaman dapat digunakan untuk membantu individu memahami dampak dari kata-kata yang mereka ucapkan. Dalam kasus Daru, Bu Prani tidak langsung menegur atau memberikan hukuman, melainkan menggunakan pengalaman nyata untuk membuatnya merenungkan tindakannya. Dengan meminta Daru membandingkan pertumbuhan kecambah yang dikata-katai dengan yang tidak, Bu Prani menciptakan pengalaman reflektif yang memungkinkan Daru melihat bagaimana kata-kata bisa memengaruhi sesuatu, bahkan makhluk hidup sekecil kecambah.

Pendekatan ini mencerminkan teknik refleksi dalam konseling, di mana konselor membantu klien memahami perasaan dan perilakunya melalui pengalaman langsung atau metafora. Dalam hal ini, Bu Prani tidak hanya menyampaikan bahwa mengata-ngatai teman itu salah, tetapi juga membimbing Daru untuk menyadari dampaknya sendiri. Dengan melihat perbedaan pertumbuhan kecambah, Daru dapat menarik kesimpulan bahwa kata-kata memiliki kekuatan, baik untuk menyakiti maupun membangun. Hal ini membuatnya lebih memahami perasaan temannya dan menumbuhkan empati dalam dirinya.

Melalui teknik refleksi pengalaman ini, Daru bukan hanya menerima nasihat secara pasif tetapi juga mengalami sendiri bagaimana kata-kata bisa membawa dampak yang nyata. Kesadaran ini kemudian membantunya untuk menyesali perbuatannya dan belajar bertanggung jawab atas ucapannya. Dengan demikian, bimbingan untuk berbicara melalui refleksi pengalaman tidak hanya membantu individu memperbaiki perilaku, tetapi juga membentuk pemahaman yang lebih mendalam tentang komunikasi yang baik dan empati terhadap orang lain.

Nilai-nilai bimbingan dalam Ihsan dalam bimbingan untuk membantu mereka yang terlanjur berbuat salah, teknik refleksi pengalaman dapat digunakan agar individu memahami konsekuensi dari tindakan mereka. Dalam kasus Bimo, yang ketahuan merokok di kamar mandi sekolah, Bu Prani tidak serta-merta memberikan hukuman, tetapi memilih pendekatan reflektif. Dengan meminta Bimo mengenakan baju bergambar organ tubuh manusia, ia diajak untuk secara langsung memahami dampak negatif merokok terhadap kesehatannya. Pengalaman ini menjadi sarana bagi Bimo untuk merenungkan kesalahannya tanpa merasa dipermalukan, melainkan diarahkan untuk menyadari akibat dari perbuatannya. Berikut ini bentuk Teknik refleksi pengalaman pada film Budi Pekerti :



Gambar 4.8

Bimbingan untuk Membantu mereka yang terlanjur berbuat salah

Teknik refleksi yang dilakukan Bu Prani bertujuan untuk memantulkan pengalaman yang telah diamatinya, sehingga klien dapat melihat permasalahan dari perspektif yang lebih luas. Dengan mengenakan baju tersebut, Bimo tidak hanya diberi informasi tentang bahaya merokok, tetapi juga mengalami sendiri bagaimana rasanya membawa "beban" dari kebiasaannya tersebut. Hal ini memungkinkan Bimo untuk

berpikir lebih dalam dan menghubungkan pengalaman tersebut dengan realitas yang akan dihadapinya jika terus merokok. Refleksi ini menjadi bentuk pembelajaran yang lebih bermakna dibandingkan sekadar diberikan teguran atau hukuman.

Melalui refleksi pengalaman ini, Bimo diharapkan dapat memahami bahwa merokok bukan hanya tindakan sepele, tetapi memiliki konsekuensi jangka panjang bagi kesehatannya. Pendekatan ini menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling tidak selalu harus berfokus pada hukuman, tetapi lebih pada pembelajaran yang membangun kesadaran (Dwiwasa & Sihotang, 2024). Dengan begitu, individu yang terlanjur berbuat salah tidak hanya sekadar menyesal, tetapi juga memiliki pemahaman yang lebih mendalam untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama di masa depan. Selanjutnya, ini bentuk teknik refleksi pengalaman pada film Budi Pekerti :



Gambar 4.9

Bimbingan hidup dengan sesama Muslim

Bimbingan hidup dengan sesama Muslim menekankan pentingnya saling mengingatkan dalam kebaikan dan menjauhkan diri dari perbuatan yang merugikan. Dalam kasus Gora, refleksi pengalaman yang diberikan Bu Prani bukanlah bentuk hukuman, melainkan cara untuk membantunya memahami konsekuensi dari perbuatannya. Dengan menggali kubur sebagai refleksi, Gora dihadapkan pada kenyataan tentang kematian, yang dalam ajaran Islam merupakan pengingat agar manusia menjalani hidup dengan lebih baik dan penuh kesadaran. Hal ini membantunya untuk merenungi perbuatannya, bukan dalam ketakutan, tetapi dalam kesadaran akan pentingnya menjaga diri dan bertindak dengan lebih bijaksana. Dalam scene ini menunjukkan seseorang melakukan self esteem yaitu seseorang memandang,

menghargai dan menilai dirinya sendiri serta lingkungan sosial bisa membantu harga diri seseorang yang berawal dari kesadaran individu terhadap nilai dirinya, apakah ia merasa berharga atau tidak (Hidayanti, 2019).

Teknik refleksi pengalaman yang dilakukan oleh Bu Prani mencerminkan pendekatan yang tidak hanya relevan dalam konteks konseling modern, tetapi juga sejalan dengan nilai-nilai Islam, khususnya konsep muhasabah atau introspeksi diri. Dalam praktiknya, refleksi ini mendorong individu untuk meninjau kembali perasaan, tindakan, dan tujuan hidupnya secara mendalam. Dalam kehidupan sehari-hari, sering kali manusia lupa akan tujuan hidupnya dan terjebak dalam tindakan yang kurang baik (Muru'atul Afifah & Irma Nur'Aini, 2023). Refleksi bisa mendorong individu untuk meninjau kembali perasaan, tindakan, dan tujuan hidupnya secara mendalam. Tokoh Gora menjadi contoh nyata bagaimana proses refleksi yang difasilitasi dengan penuh empati membantunya menyadari bahwa hidup tidak semata-mata berfokus pada kesenangan sesaat, melainkan juga mengandung unsur tanggung jawab moral atas setiap keputusan yang diambil. Kesadaran ini menjadi titik balik bagi Gora untuk mulai menghargai dirinya sendiri, menghindari perilaku impulsif, dan menumbuhkan kepedulian terhadap dampak tindakannya, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Dalam Islam, muhasabah merupakan langkah penting untuk memperbaiki diri dan menjaga akhlak agar tetap selaras dengan nilai kebaikan. Oleh karena itu, pendekatan reflektif yang dilakukan Bu Prani tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga spiritual, karena mampu menggugah kesadaran diri yang mendalam dan mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

Refleksi pengalaman ini menunjukkan bahwa bimbingan hidup tidak hanya berbicara tentang aturan moral, tetapi juga bagaimana seseorang dapat memahami dirinya melalui pengalaman langsung. Dengan mengingat kematian, Gora tidak justru terpuruk, tetapi malah mendapatkan motivasi untuk menjalani hidup dengan lebih baik. Hal ini membuktikan bahwa refleksi yang tepat dapat menjadi sarana perubahan positif, membantu seseorang untuk lebih dekat dengan nilai-nilai kehidupan yang baik, termasuk dalam menjalani hubungan dengan sesama Muslim dengan lebih penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Berdasarkan uraian dan data yang sudah dipaparkan, peneliti menemukan bahwa Teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling bisa dilakukan dan diterapkan sesuai kebutuhan dari klien. Pada teknik refleksi diatas menerapkan beberapa nilai-nilai bimbingan dalam *Ihsan* yang meliputi Bimbingan untuk hati, bimbingan dalam menghadapi musibah, bimbingan untuk mengatasi kebingungan menentukan pilihan, bimbingan untuk berbicara, bimbingan hidup dengan sesama Muslim dan bimbingan untuk mereka yang terlanjur berbuat salah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Representasi Teknik refleksi dalam layanan bimbingan konseling pada film Budi Pekerti menunjukkan bahwa film ini menggambarkan a) Refleksi perasaan digunakan untuk menunjukkan empati kepada individu yang mengalami tekanan sosial diwujudkan dengan sesi konseling antara konselor dan klien yang menunjukkan rasa empati seorang konselor kepada klien terdapat pada scene Sesi konseling Bu Prani dengan Boni untuk ketenangan hati, cuplikan video hasil refleksi bu prani dan siswanya yang Bernama Ayu dan sesi konseling antara Bu Prani dan Gora, b) Refleksi pikiran berperan dalam membantu individu memahami posisinya dalam suatu konflik diwujudkan dengan sikap konselor yang membantu klien untuk memperoleh pemahaman yang lebih jelas serta membuat keputusan yang lebih tepat, representasi reknik refleksi pikiran ini terdapat pada scene layanan konseling antara Bu Prani dan Lintang karena kurangnya interaksi sosial lintang dengan teman yang lainnya, selanjutnya terdapat pada scene cuplikan video hasil refleksi Bu Prani dengan mantan muridnya yang bernama Dyas dengan refleksi membatik ludahnya sendiri dan berikutnya cupikan scene hasil refleksi Bu Prani kepada mantan muridnya yang Bernama Gora dengan di beri refleksi gali kubur yang mana tujuannya adalah untuk memberi tahu Gora bahwa hidup itu sangat berarti dan hidup tidak melulu tentang berkelahi, c) Refleksi pengalaman dapat mendorong individu untuk mengambil pelajaran dari peristiwa yang mereka alami di masa lalu terdapat pada scene sesi konseling Bu Prani dan Daru tentang ucapannya kepada teman sekolah sehingga Bu Prani memberikan refleksi kepada daru untuk mendengarkan kata-kata yang kurang baik itu kepada praktikum kecambahnya, selanjutnya terdapat pada cuplikan video hasi refleksi bu prani kepada mantan muridnya yang bernama Bimo karena ketahuan merokok di sekolah, berikutnya scene dimana Bu Prani dan Gora di kuburan yang mana disini Bu Prani mencoba memahami lagi pengalaman-pengalaman yang dirasakan oleh Gora.

Berdasarkan hasil analisis tiga teknik refleksi di atas menunjukkan bahwa ditemukan telah mengimplementasikan nilai-nilai bimbingan dalam ihsan yang meliputi Bimbingan untuk hati, bimbingan dalam menghadapi, bimbingan untuk mengatasi

kebingungan menentukan pilihan, bimbingan untuk berbicara, bimbingan hidup dengan sesama muslim serta bimbingan untuk Membantu mereka yang terlanjur berbuat salah.

B. Saran

Penulis menyadari bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan guna menyempurnakan penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian mengenai representasi teknik refleksi dalam layanan bimbingan dan konseling pada film *Budi Pekerti*, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan sebagai upaya pengembangan dan penerapan teknik refleksi dalam dunia bimbingan dan konseling:

1. Bagi Konselor

Konselor diharap bisa mengimplementasikan Teknik refleksi dalam proses sesi konseling untuk membantu klien menggali pemahaman mendalam mengenai perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka. Dengan demikian, konseling dapat lebih efektif dalam membentuk kesadaran dan perubahan perilaku yang positif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, sehingga diharapkan ada penelitian lanjutan yang dapat mengeksplorasi teknik refleksi secara lebih luas, baik dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di sekolah maupun dalam berbagai setting lainnya. Studi lebih lanjut juga dapat membahas efektivitas teknik refleksi dalam jangka panjang.

Dengan adanya saran ini, diharapkan teknik refleksi dapat lebih dikenal dan diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling secara lebih luas, sehingga mampu memberikan dampak positif bagi individu.

C. Penutup

Dengan mengucapkan rasa syukur Alhamdulillah atas Ridho Allah SWT penulis bisa menyelesaikan penelitian yang berjudul “Representasi Teknik Refleksi Dalam Layanan Bimbingan Konseling pada Film Budi Pekerti” guna memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana. Dalam skripsi ini, peneliti yakin akan adanya ketidaksempurnaan dalam penulisan, tetapi penulis berharap dengan adanya skripsi ini bisa bermanfaat untuk pembaca dan peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal

- Agustina, A. (2021). Perspektif Hadis Nabi Saw Mengenai Kebersihan Lingkungan. *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 1(2), 96–104. <https://doi.org/10.15575/jpiu.12206>
- Angraini, E. G., Sunaryo, S., Romiaty, Christin, R. A., & Stevana, F. A. (2021, May 30). IMPLEMENTASI KETERAMPILAN REFLEKSI PERASAAN KONSELI OLEH GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM KONSELING INDIVIDUAL. EDUCOUNS. <https://ejurnal.unima.ac.id/index.php/educouns/article/view/2128>
- Anivitariany Aqilah, S. (2023). Peran Konseling Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *attaujih*, 2(1), 69–82. <https://doi.org/10.37216/taujih.v2i1.1226>
- Bruno, A., & Dell'Aversana, G. (2017). Reflective Practice for Psychology Students: The Use of Reflective Journal Feedback in Higher Education. *Psychology Learning & Teaching*, 16(2), 248–260. <https://doi.org/10.1177/1475725716686288>
- Dianovi, A., Siregar, D., Mawaddah, I., & Suryaningsih, S. (2022). Guidance and Counselling in Education. *World Psychology*, 1(2), 27–35. <https://doi.org/10.55849/wp.v1i2.95>
- Dwiwasa, B. P., & Sihotang, H. (2024). Film 'Budi Pekerti': Inspirasi Pendidikan Karakter Melalui Ruang Digital. 8.
- Erlina, N., & Anisa Fitri, L. (2016). Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Prilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung Iii Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *KONSELI : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 19–28. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.574>
- Gunawan, R. (2018). PERAN TATA KELOLA LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING BAGI SISWA DI SEKOLAH. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan*, 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.33541/sel.v1i1.766>
- Halik, A. (2020). A counseling service for developing the qona'ah attitude of millennial generation in attaining happiness. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 1(2), 82. <https://doi.org/10.21580/jagc.2020.1.2.5810>
- Hidayanti, E. (2019). IMPLEMENTASI BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM PASIEN PENYAKIT TERMINAL DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA (KDS) RSUP DR. KARIADI SEMARANG. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(1), 31. <https://doi.org/10.21580/jid.v38.1.3970>

- Husniati, H., & Hadori, M. (2025). KONSELING ISLAM TERHADAP ANXIETY DISORDER AKAN KEMATIAN. *Konseling At-Tawazun: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1), 22–28. <https://doi.org/10.35316/attawazun.v4i1.6557>
- Johan, B., Pratiwi, L. A., Prameswari, P., Fuhansyah, D. R., Safitri, H. N., & Riskon, R. (2024). Metode Konseling Kelompok dalam Menumbuhkan Karakter Islam pada Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 4(3), 1127–1135. <https://doi.org/10.53299/jppi.v4i3.578>
- Kibtyah, M. (2014). PERAN KONSELING KELUARGA DALAM MENGHADAPI GENDER DENGAN SEGALA PERMASALAHANNYA. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 9(2), 361. <https://doi.org/10.21580/sa.v9i2.641>
- Melysa, M. P. A., & Puspitasari, I. (2024). REPRESENTASI NILAI MORAL PADA FILM BUDI PEKERTI KARYA WREGAS BHANUTEJA (KAJIAN SOSIOLOGI SASTRA). *ASMARALOKA : Jurnal Pendidikan, Linguistik Dan Sastra Indonesia*, 2(2), 1–19. <https://doi.org/10.55210/asmaraloka.v2i2.402>
- Mintarsih, W. (2013). PERAN TERAPI KELUARGA EKSPERIENSIAL DALAM KONSELING ANAK UNTUK MENGELOLA EMOSI. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 8(2), 291. <https://doi.org/10.21580/sa.v8i2.658>
- Muru'atul Afifah & Irma Nur'Aini. (2023). PENERAPAN MUHASABAH DIRI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS AKHLAK MAHASANTRI PUTRI IDIA PRENDUAN. *Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat*, 2(1), 144–166. <https://doi.org/10.55606/jurrafi.v2i1.1231>
- Nihayah, U., Ade Putri, S., & Hidayat, R. (2021). Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 3(2), 108–119. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i2.1031>
- Nihayah, U., Sadnawi, A. S. A.-T., & Naillaturrafidah, N. (2021). The academic anxiety of students in pandemic era. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 2(1), 56–71. <https://doi.org/10.21580/jagc.2021.2.1.6986>
- Ningsih, W. (2024). *The self esteem and cyberbullying behaviour of islamic students on social media*. 5(1).
- Putri, N. H. O. S., 'Azah, N., Jannah, M., & Nahdliyah, H. Z. (2023). Membimbing Siswa Bermasalah Melalui Refleksi (Analisis Peran Bu Prani Sebagai Guru Bk Dalam Film “Budi Pekerti” Karya Wregas). *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 3(3), 330–337. <https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v3i3.1429>
- Rahmah, A. F., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2023). *Quarter Life Crisis pada early adulthood: Bagaimana tingkat resiliensi pada dewasa awal?* 2(4).

Saepuloh, A., & Asiyah, D. (2022). Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Refleksi Sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa. *Gema Wiralodra*, 13(1), 64–71. <https://doi.org/10.31943/gw.v13i1.241>

Suryanto, H., & Amri, M. (2018). FILM SEBAGAI ASET DIPLOMASI BUDAYA. *Capture : Jurnal Seni Media Rekam*, 9(2), 47. <https://doi.org/10.33153/capture.v9i2.2089>

Skripsi

Arifien, S. A. (2017). Penggunaan Bimbingan Dan Konseling Individu Dalam Menangani Permasalahan Transeksual Femalo To Male Dengan Menggunakan Pendekatan Feminisme (Studi Kasus Di Smp Negeri 12 Bandar Lampung) (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

Sofiroh, Murti. (2021). *Konsep Evaluasi Pembelajaran Dalam Surat Al-Hasyr Ayat 18-19 Menurut Kitab Tafsir Al-Maraghu, Tafsir Ibnu Katsir, Dan Tafsir Al-Misbah (Skripsi)*. IAIN Purwokerto.

Syahra. A. (2021). *Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Refleksi Perasaan untuk Mengendalikan Emosi Marah Siswa MAN 1 Bener Meriah (Skripsi)*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh.

Vera, S. (2017). *Konsep Keterampilan Refleksi dalam Konseling Konvensional Menurut Perspektif Islam (Skripsi)*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, Banda Aceh.

Wahyudin, E (2009). *Nilai-nilai Pendidikan Dari Al-Qur'an Surat Ar-ra'd Ayat 28-29 Tentang Metode Pembinaan Hati (Analisis Pendidikan Islam)*. Universitas Islam Bandung.

Buku

Baraja, A. (2006). *Psikologi Konseling dan Teknik Konseling*. Jakarta: Studia Press.

Bimo Walgito. (2010). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.

Brammer, L. M. (1979). *The Helping Relationship: Process and Skills*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Boud, D., Cohen, R., & Walker, D. (2013). *Using experience for learning*. McGraw-Hill Education.

Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/Cole.

Depdiknas. *Panduan Model Pengembangan Diri*. hlm. 188.

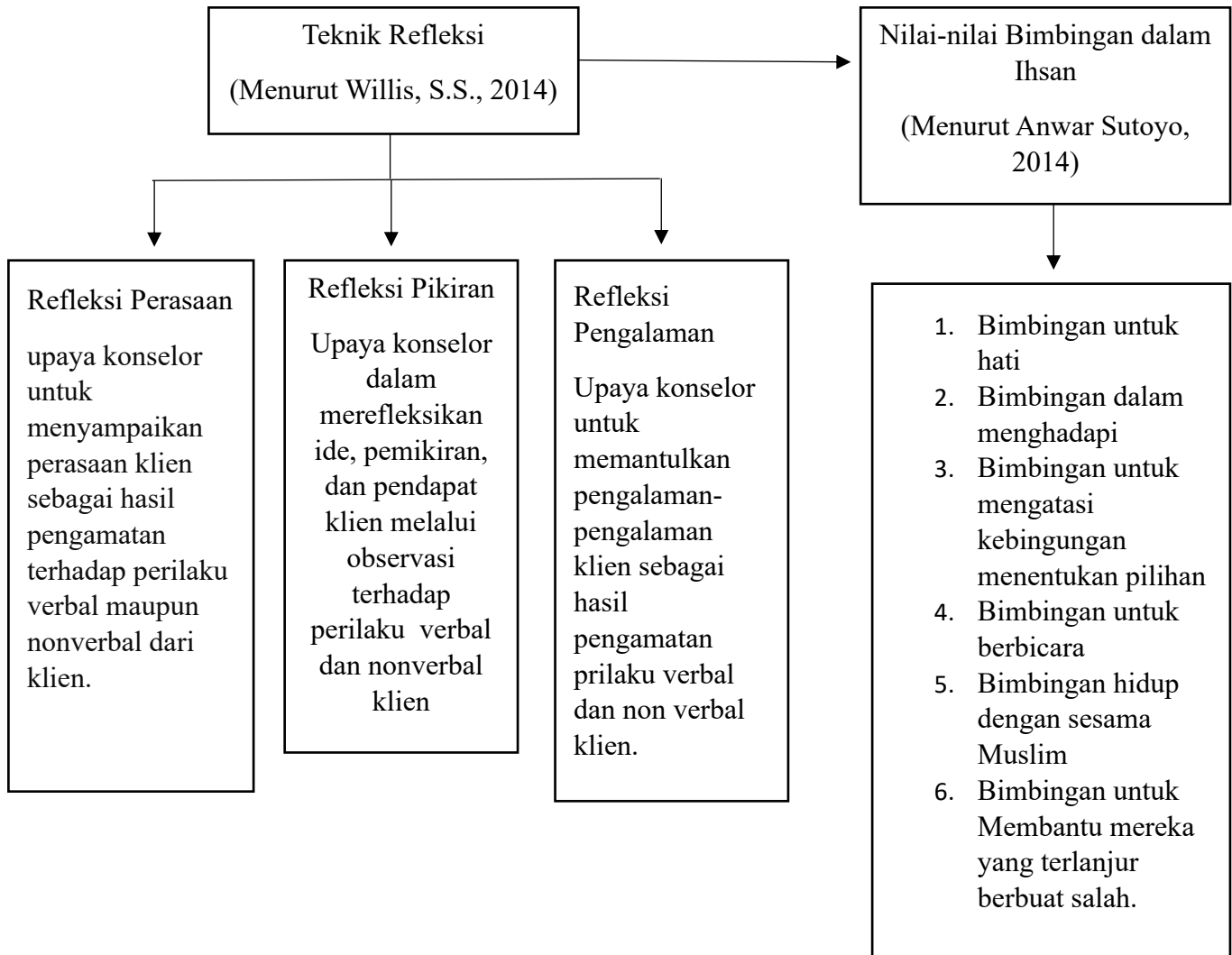
- Duffy, J. (2021). *Reflection in learning and professional development: Theory and practice*. Routledge.
- Eriyanto, (2001). *Analisis Wacana, Pengantar Analisis Teksa Media*. Yogyakarta: LkiS.
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (2011). *Introduction to Counseling and Guidance*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hall, S. (1997). *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. London: SAGE Publications.
- Hallen. (2002). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers.
- Hill, C. E. (2014). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action* (4th ed.). American Psychological Association.
- Lesmana, Gusman. (2021). *Penyusunan Perangkat Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta : Kencana.
- Lesmana, J. M. (2006). *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: UI-Press.
- Lubis, N. L. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- Makara, N. R. (2010). *NLP komunikasi konseling*. Bandung: CV Alfabeta.
- Masri, S. (2020). *Multicultural Awaranes, Teknik Cinemeducation, Dan Bibliotherapy*. Penerbit Aksara Timur.
- Mchoul, a. *book review: understanding media semiotics, by danesl, marcel, arnold, london* (media international australia 2003). h. 153- 156.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (2nd ed.). Sage Publications.
- Moon, J. A. (2004). *A handbook of reflective and experiential learning: Theory and practice*. Routledge.
- Musfin Bin Said. (2005). *Konseling Terapi*, Jakarta: Gema Insan.
- Musnamar, T. (2015). *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain Dengan Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nuraini, E. (2021). *Model pembelajaran dan bimbingan di sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nurihsan, A. J. (2014). *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan* (Edisi Revisi). Bandung: PT. Refika Aditama.

- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Prabowo, A. B. (2021). *Modul Keterampilan Dasar Konseling*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Prayitno & Amti, E. (20013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitasari, D. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Komunikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (2007). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Sandelowski, M. (2000). *Whatever happened to qualitative description? Research in Nursing & Health*, 23(4), 334-340.
- Sinaga, M. P. (2023). *Pengantar Konseling Individual*. Penang.
- Sofyan, M. (2021). *Analisis Isi: Teori dan Praktik dalam Penelitian Media*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhardjo, E. (2017). *Bimbingan dan konseling di sekolah*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suhertina. (2014). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru :CV Mutiara Pesisir Sumatra.
- Sunarto dkk, (2011). *Mix Methodoly dalam Penelitian Komunikasi*, Yogyakarta: Mata Padi Pressindo.
- Sutirna. (2013). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Sutoyo, Anwar. (2009). *Bimbingan Dan Konseling Islami: Teori Dan Praktik*. Semarang: widayakarya, cet. III.
- Tarmizi. (2018). *Bimbingan Konseling Islam*. Medan: Perdana Publishing.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Ulfiah & Jamaluddin. (2022). *Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktek*. Jakarta : Kencana
- Willis, S. S. (2014). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. A. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Zakiah Darajat. (2016). *Kesehatan Mental*. Jilid : 5. Jakarta: Gunung Agung.

LAMPIRAN

Draft Indikator Variabel Dalam Objek Penelitian Film Budi Pekerti



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama : Aprilia Laurita Adriana
2. TTL : Grobogan, 13 April 2003
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Alamat : Desa Putatsari, Kecamatan Grobogan,
Kabupaten Grobogan
5. No.Hp : 088980007356
6. Email : 2101016003@student.walisongo.ac.id



B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. TK Dharma Wanita II Putatsari
 - b. SDN 06 Putatsari, Grobogan
 - c. MTs Manbaul Huda Tanggunharjo, Grobogan
 - d. MA Silahul Ulum Trangkil, Pati
2. Pendidikan Non Formal
 - a. TPQ Penatas Angin Tahunan Putatsari