

PENGARUH *FLASHCARD* UNTUK MENGEMBANGKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN

Novani Azzahra¹, Idat Muqodas², Risty Justicia³
PG PAUD Kampus Purwakarta, Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
Email: idatmuqodas@upi.edu

Azzahra, Novani., Muqodas, Idat., Justicia, Risty. (2024). Pengaruh *Flashcard* untuk Mengembangkan Kesejahteraan Psikologis dan Kesadaran Lingkungan Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Pelita PAUD*, 9(1), 1-8.

doi: <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v9i1.3907>

Diterima: 01-06-2024

Disetujui: 24-06-2024

Dipublikasikan: 08-08-2024

Abstrak: Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu hal yang harus dimiliki oleh setiap individu khususnya untuk anak usia dini. Akan tetapi masih minimnya stimulus yang didapatkan oleh anak, sehingga anak menjadi tidak bahagia dalam perjalanan perkembangannya karena anak usia dini merupakan masa emas *golden age*, yang mudah menerima stimulasi untuk mengembangkan 6 aspek perkembangannya. Salah satunya yaitu dengan bermain sambil belajar seperti dengan menggunakan media *flashcard*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *flashcard* terhadap perkembangan kesejahteraan psikologis pada anak usia 5-6 tahun dengan menggunakan metode *eksperimen*, pendekatan *Single Subject Research* (SSR), desain A-B-A. Subjek penelitian yaitu Anak usia Dini yang berumur 5-6 tahun yang berjumlah 7 orang menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada anak usia 5-6 memperoleh skor sangat meningkat dengan rata-rata nilai 100-103 dari 108 (kategori tinggi). Sehingga media *flashcard* ini mampu membantu proses perjalanan perkembangan anak untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis pada anak usia 5-6 tahun.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Media Pembelajaran, AUD

Abstract: Psychological well-being is something that every individual must have, especially for young children. However, there is still minimal stimulus received by children, so children become unhappy in their development journey because early childhood is the golden age, which easily gets the stimulation to develop 6 aspects of its development. One way is by playing while learning, such as by using flashcard media. This research aims to determine the effect of flashcards on the development of psychological well-being in children aged 5-6 years using experimental methods, Single Subject Research (SSR) approach, A-B-A design. The research subjects were 7 young children aged 5-6 years using purposive sampling. Based on research, shows that the psychological well-being of children aged 5-6 scores greatly increased with an average score of 100-103 out of 108 (high category). So this flashcard media can help the process of child development to develop psychological well-being in children aged 5-6 years.

Keywords: Psychological Well-being, Learning Media, AUD

PENDAHULUAN

SDGs (*Sustainable Development Goals*) merupakan rencana aksi global yang disepakati oleh para pemimpin dunia untuk mewujudkan kesejahteraan yang merata dan adil diberbagai aspek kehidupan (Qorina, 2019). Pada poin tujuan ke 3 yang merupakan aspek kesehatan dan kesejahteraan hidup (*good health and well being*) menjadi sorotan untuk mendapatkan perhatian khusus. Dalam hal ini perlunya upaya untuk mewujudkan mimpi suatu bangsa yang sejahtera, sehingga membutuhkan generasi penerus yang sigap, tanggap, peduli, serta cerdas secara emosi, sehat secara jasmani dan rohani. Kesejahteraan dan kesehatan yang baik merupakan modal awal dan paling utama untuk mewujudkan mimpi dunia.

Upaya mewujudkan mimpi dunia tidak lepas dari bibit unggul bangsa yang sehat dan sejahtera. Seorang individu dapat merasakan sejahtera yaitu ketika individu tersebut meyakini bahwa dirinya sejahtera. Sejalan dengan penelitian (Ilis, 2009) menyatakan bahwa rasa sejahtera dapat timbul dari pribadi yang memiliki kebebasan dari ketakutan. Sehingga dalam hal ini perlunya stimulus kepada anak untuk menerapkan kesejahteraan untuk hidup yang berkelanjutan (Muqodas, 2019).

Kesejahteraan psikologis adalah individu yang memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menjalin relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan dan mengembangkan potensi dari dalam dirinya secara optimal dan berkelanjutan (Sayyidah et al., 2022). Menurut Ryff dalam (Pedhu, 2022) menyatakan bahwa terdapat 6 dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Berdasarkan penemuan terdahulu (Yulia et al., 2018), banyaknya penelitian yang konsen kepada kesejahteraan psikologi pada remaja, dewasa dan orang tua, namun kurangnya penelitian terhadap kesejahteraan psikologis pada anak usia dini. Sehingga kesejahteraan psikologis pada anak usia dini harus diperhatikan untuk mencegah terjadinya dampak yang mengakibatkan anak tidak bahagia ketika usia dini. Senada dengan

pandangan (C. D. R. and C. L. M. Keyes, 1978) bahwa 6 dimensi kesejahteraan psikologis sangat penting untuk ditumbuhkan untuk semua kalangan khususnya anak usia dini, maka perlu adanya perhatian khusus mengenai kesejahteraan psikologis anak. Kesejahteraan psikologis anak merupakan kemampuan individu untuk menghadapi masalah dalam kehidupan sehari-hari (Rustham, 2019). Masalah-masalah yang dapat terjadi berupa anak yang tidak dapat menerima diri dengan apa adanya, ketika anak tersebut sudah berhasil dengan usahanya untuk memberikan yang terbaik dalam pekerjaannya, akan tetapi tidak menerima jika terdapat temannya yang lebih berhasil dari usahanya, sehingga anak tersebut tantrum dan menyalahkan orang lain dll.

Emosional yang dimiliki oleh anak harus diberikan stimulus yang baik dari berbagai pihak, baik itu dalam lingkungan keluarga atau lingkungan sekolah karena hal tersebut memiliki dampak mensejahterakan psikologis yang mampu menumbuhkembangkan karakter baik pada anak serta mendorong aspek-aspek perkembangan anak yang lebih optimal (Yulia et al., 2018). Namun dalam kenyataan pada saat ini hal tersebut berbanding terbalik, berdasarkan hasil observasi ke beberapa lembaga PAUD, bahwasannya kesejahteraan psikologis ini banyak yang tidak mengetahuinya dan belum diterapkan secara optimal.

Oleh karena itu perlunya stimulus khusus terhadap kesejahteraan psikologis sejak usia dini untuk mencapai generasi emas harapan bangsa, supaya dapat mempersiapkan dirinya untuk melanjutkan kehidupan berikutnya dengan sejahtera (Ilis, 2009). Masalah-masalah yang telah diuraikan menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan apa yang seharusnya dicapai oleh anak. Dunia anak adalah dunia bermain (Lili & Rivda, 2020), sehingga dalam permainan ini tentunya harus mengandung edukasi, salah satunya seperti permainan media *flashcard*. Menurut Tafonao dalam (Justicia et al., 2023) media merupakan alat yang dapat membantu kegiatan bermain dan belajar sebagai bentuk penyaluran bahan ajar kepada anak, sehingga mempermudah anak untuk mengeksplor imajinasi serta menjadi daya tarik anak dalam proses tumbuh kembangnya. Sedangkan *flashcard* adalah

kartu kecil yang berisi gambar, teks, atau simbol yang biasanya digunakan untuk mengingatkan atau mengarahkan siswa pada sesuatu yang berhubungan dengan ide (Aba, 2019; Suprianti & Jayanta, 2020). Tidak hanya itu, *flashcard* merupakan media pembelajaran yang dapat digunakan untuk menggabungkan kosa kata, mengenalkan struktur, urutan kata dan untuk berbagai permainan (Ilis, 2019). Sehingga media *flashcard* merupakan alat yang dapat membantu proses pembelajaran dengan cara bermain yang dapat menstimulus anak untuk lebih interaktif dan mudah mengingat sesuatu dengan melihat gambar.

Permainan menggunakan *flashcard* adalah salah satu cara untuk menghidupkan pembelajaran dikelas, bermain sambil belajar, (Ilis, 2009) menyatakan bahwa, dengan media *flashcard* dalam proses pembelajaran akan menjadi menyenangkan dan menarik untuk anak karena *flashcard* adalah alat memori yang ampuh untuk mengingat sesuatu dengan cara belajar sambil bermain. Dengan adanya media *flashcard*, anak dapat mengembangkan kesejahteraan psikologis dengan cara bermain melalui alat permainan *flashcard* yang telah dirancang.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dikemukakan oleh (Ilis, 2019) menyatakan bahwa dengan media pembelajaran *flashcard* dapat digunakan sebagai pengajaran yang dikhususkan untuk mengenalkan kosa kata. Dalam rancangan *flashcard* ini berfokus pada kajian kesejahteraan psikologis anak, karena masih jarang penelitian menggunakan *flashcard* untuk kesejahteraan psikologis anak, padahal hal tersebut seharusnya ditanamkan sejak usia dini supaya dalam menjalankan proses tumbuh kembangnya terdapat kebahagiaan selain itu dapat mengarahkan anak untuk mengetahui intruksi yang diberikan melalui gambar yang dilihat di *flashcard* tersebut akan melatih daya imajinasi anak untuk terus mengeksplor apa yang telah dilihatnya, yang dikhususkan untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis anak. Sehingga dalam hal ini perlu adanya peningkatan dalam kesejahteraan psikologis dengan mempertahankan karakteristik anak usia dini. Penelitian ini mengkaji mengenai Pengaruh *Flashcard* untuk Mengembangkan

Kesejahteraan Psikologis Pada Anak Usia 5-6 Tahun.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif, dengan subjek penelitian tunggal atau yang dikenal dengan istilah Single Subject Research (SSR). SSR merupakan suatu metode yang bertujuan untuk memperoleh data yang diperlukan dengan melihat hasil ada tidaknya pengaruh dari suatu perlakuan atau treatment yang diberikan kepada subjek secara berulang-ulang (Muhammad, 2016). Penelitian ini akan melihat ada atau tidaknya pengaruh dari media *flashcard* yang diberikan secara berulang-ulang terhadap subjek penelitian.

Pola desain penelitian subjek tunggal yang dipakai dalam penelitian ini adalah bentuk rancangan desain A-B-A'. (Sunanto et al., 2005) dalam menjelaskan bahwa "desain A-B-A' telah menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dengan variabel bebas", sejajar dengan penelitian Neuman dan McCormick (1995) dalam (Anindita et al., 2021) menyatakan bahwa desain A-B-A ini menerapkan sistem berulang selama 3 fase, yakni fase pertama merupakan kondisi awal, yang kedua kondisi intervensi, dan yang ketiga setelah dilakukan intervensi atau *treatment* kembali ke kondisi semula. Tujuan digunakannya pola desain A-B-A' yaitu untuk mengetahui besarnya pengaruh media *flashcard* terhadap kesejahteraan psikologis anak (Muhammad, 2016).

Penelitian ini melibatkan 7 partisipan sebagai subjek, dengan menggunakan teknik *purpose sampling*, yaitu anak yang berusia 5-6 tahun disalah satu PAUD yang ada di Kabupaten Purwakarta, selama kurang lebih 2 minggu dengan 3 sesi di kondisi awal untuk mengungkapkan kondisi awal subjek yaitu kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, dan penerimaan diri dengan teknik pengumpulan data observasi dan dokumentasi, 6 sesi kondisi intervensi dengan menggunakan media pembelajaran *flashcard* kesejahteraan psikologis anak dan kembali ke kondisi semula.

Dalam dimensi kesejahteraan psikologis ini diukur dengan menggunakan 18 item skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh (Muqodas, 2019) dari setiap item skala memiliki rentang 1 sampai 6. Jika pernyataan positif, maka jawaban pada rentang 6 diartikan dengan sangat menggambarkan, begitu sebaliknya, jika pernyataan negatif maka jawaban rentang 1 menunjukkan tidak menggambarkan kesejahteraan psikologis (Muqodas et al., 2020).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menjelaskan mengenai tujuan penelitian yaitu mengetahui pengaruh media *flashcard* terhadap kesejahteraan psikologis anak dengan subjek AMR, KLA, NRA, SFY, ARS, HSA, TAR, sebelum dan setelah dilaksanakannya pembelajaran dengan bantuan permainan media *flashcard* kesejahteraan psikologis anak terhadap anak usia 5-6 tahun. Lokasi penelitian dilakukan disalah satu PAUDQU di Purwakarta. Data yang diambil melalui *Single Subject Reaserch* ini diuraikan dalam hasil penelitian setiap fasenya, yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Kategori	Interval Nilai
Tinggi (T)	87-108
Sedang (S)	64-86,5
Rendah (R)	41-63,5
Sangat Rendah (SR)	18-40,5

Dari data pada tabel 1 menunjukkan rentang kategori kesejahteraan psikologis yang didapatkan dari skor maksimal yaitu 108 dan skor minimal 18, sehingga rentang yang didapatkan dari $108-18=90$ dibagi dengan panjang kelas sebanyak 4 yaitu tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah (Muqodas, 2019) sehingga rentangnya menjadi 22,5.

Tabel 2. Rekapitulasi Skor Perolehan Subjek di Baseline-1

Kondisi Baseline 1	Skor Perolehan Subjek					
	AMR		KLA		NRA	
	N	K	N	K	N	K
	75	S	83	S	83	S

Kondisi Baseline 1	Skor Perolehan Subjek							
	SFY		ARS		HSA		TAR	
	N	K	N	K	N	K	N	K
	75	S	65	S	70	S	71	S

Keterangan:

N = Nilai

K= Kategori kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan tabel 2 rekapitulasi perolehan skor dari setiap subjek di baseline-1 menunjukkan bahwa skor rata-rata setiap subjek AMR, KLA, NRA, SFY, ARS, HAS, dan TAR sebelum diberikan perlakuan dengan media *flashcard* dinyatakan kategori sedang dalam kesejahteraan psikologisnya dengan skor yang berbeda-beda, maka perlunya stimulus yang dapat menumbuhkan setiap dimensi kesejahteraan psikogis. Stimulus yang dapat dilakukan salah satunya dengan media *flashcard* yang dapat menumbuhkan tahap demi tahap kesejahteraan psikologisnya seperti yang diungkapkan oleh (C. L. M. Keyes, 2013) bahwa kesejahteraan psikologis terdapat 6 dimensi yaitu kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, dan penerimaan diri. Sedangkan dari hasil meannya diperoleh 30% dari hasil skor rata-rata, sehingga dapat dilanjutkan ke fase Intervensi (Sunanto et al., 2005).

Oleh karena itu, setiap subjek perlu adanya Intervensi atau stimulus untuk menumbuhkan dan meningkatkan ke 6 aspek dimensi kesejahteraan psikologis, supaya mencapai kesejahteraan yang tinggi yaitu anak mampu melakukan segala sesuatu yang dipilihnya dengan penuh percaya diri, mampu menguasai dan beradaptasi di lingkungan yang ada disekitarnya, baik lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat, memiliki keinginan yang kuat untuk terus memiliki jiwa rasa ingin tahu yang tinggi, mampu bersosialisasi dengan orang lain, memiliki semangat untuk meraih cita-cita yang diharapkannya, serta mampu menerima diri dengan apa adanya (Ryff, 1989).

Tabel 3. Rekapitulasi Skor Perolehan Subjek Intervensi

Kondisi Intervensi	Skor Perolehan Subjek					
	AMR		KLA		NRA	
	N	K	N	K	N	K
1	67	S	66	S	61	R
2	71	S	75	S	66	S
3	77	S	77	S	78	S
4	83	S	78	S	82	S
5	83	S	85	S	88	T
6	101	S	94	T	100	T

Kondisi Intervensi	Skor Perolehan Subjek							
	SFY		ARS		HSA		TAR	
	N	K	N	K	N	K	N	K
1	64	S	62	S	71	S	62	R
2	65	S	65	S	72	S	62	R
3	73	S	76	S	77	S	77	S
4	78	S	80	S	76	S	84	S
5	82	S	80	S	84	S	88	T
6	96	T	98	T	100	T	103	T

Dari data hasil perolehan pada tabel 3 fase Intervensi yang dilakukan selama 6 sesi menunjukkan bahwa nilai skor setiap subjek selalu meningkat. Pada fase ini setiap subjek diberikan perlakuan yang sama dengan media pembelajaran permainan flashcard kesejahteraan psikologis. Dari hasil yang diperoleh pada setiap sesi terutama pada sesi 1,2,3 terlihat subjek AMR, NRA, SFY, ARS, dan HSA mengalami penambahan yang tidak terlalu jauh dari kondisi awal, hal ini disebabkan karena terdapat pengaruh faktor lain yang terjadi pada setiap subjek, sebagaimana yang dikemukakan oleh Ryff dan Singer (1996) dalam (Febriyanti et al., n.d.) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu seperti usia, jenis kelamin, tingkat kepribadian, status sosial, dan latar belakang keturunan budaya.

Setiap subjek mampu menerapkan hasil dari permainan flashcard ini yaitu mampu memperlihatkan peningkatan sikap dari ke 6 dimensi kesejahteraan psikologis yaitu, yang baik menjadi lebih baik dan yang kurang baik menjadi baik atau menuju kearah yang positif. Sebagaimana yang diungkapkan oleh (Alifa, 2016) bahwa pembelajaran dengan menggunakan media dapat membangun sikap positif anak terhadap materi dan proses pembelajaran. Sejalan dengan ungkapan

menurut Deci & Ryan (2008) dalam (Muqodas, 2019) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang bermakna menjurus kepada fungsi positif dari tiap individu.

Berdasarkan data pada tabel 3, setiap subjek berada pada kategori tinggi dengan rentang skor dari 90-103 dari skor maksimal. Oleh karena itu, media permainan flashcard ini dapat memberikan stimulus yang menarik dengan berbagai macam permainan yang dilakukan, sejalan dengan penelitian Pradana dalam (Wulandari & Khusnul, 2020) menyatakan bahwa media flashcard merupakan media berupa kartu gambar yang mempunyai nilai daya tarik untuk anak, karena flashcard ini memberikan gambaran kepada semua subjek untuk berimajinasi dan memberikan contoh, sebagaimana yang dikemukakan oleh (Ilis, 2019) menyatakan bahwa dengan adanya gambar dari flashcard, imajinasi anak akan memberikan kesempatan untuk mengamati apa yang diceritakan oleh gambar tersebut.

Pada proses Intervensi/treatment permainan flashcard adalah salah satu kegiatan yang dapat digunakan untuk menumbuhkan kesejahteraan psikologis pada anak, dalam setiap dimensi berbeda permainan yang dilakukan, seperti dalam dimensi kemandirian permainan yang dimainkan yaitu dengan tanya jawab dan sistem tutup mata lalu hilang, artinya setelah dipaparkan kemudian setiap gambar yang sudah dijelaskan dihilangkan dari penglihatan anak, sehingga anak dapat mengingat dan menyebutkan kembali gambar yang hilang, dapat dilihat pada tabel 3 dengan nilai skor yang terus meningkat bahwa setiap subjek antusias ketika menebak gambar yang hilang, selain itu dalam dimensi penguasaan lingkungan dengan kartu berwarna ungu yang disusun sejajar, dan anak menebak apa yang diperintahkan dengan satu kali mengambil kartu, kemudian guru bercakap-cakap dengan anak yang mengambil kartu tersebut secara bergantian, berdasarkan temuan, bahwa anak menjadi lebih interaktif dan mampu mengutaran pendapatnya sesuai dengan pengalaman yang terjadi, Dengan adanya media flashcard yang diterapkan dengan cara bermain ini, menambah kebahagiaan pada anak yang merasa sedang diperhatikan oleh guru dan teman-temannya, sehingga anak penuh

percaya diri dalam mengikuti kegiatan menggunakan media *flashcard* ini. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amini & Suyadi, 2020) bahwa dengan media yang diberikan akan memberikan stimulasi yang lebih menggambarkan ekspresi anak baik dalam imajinasi maupun rasa ingin tahunya.

Dalam dimensi pertumbuhan pribadi, *flashcard* yang dimainkan yaitu berupa bunyi, artinya setiap *flashcard* terdapat nanyian yang menjelaskan gambar tersebut sehingga setiap subjek mampu memahami dengan baik, sejalan dengan paparan (Khafifah, 2020) bahwa dengan bernyanyi akan melatih berbagai aspek seperti kognitif, bahasa dan seni. Dapat dilihat pada subjek NRA, HSA dan TAR ketika *flashcard* dimainkan, terlihat sangat antusias dan ingin melakukannya beberapa kali. Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain terlihat subjek TAR, ARS dan SFY pada kondisi awal atau *Baseline 1* belum mampu bersosialisasi bermain bersama temannya, berdasarkan hasil pengamatan terlihat ke 3 subjek senang bermain sendiri dengan alasan tidak diajak oleh teman yang lainnya, dengan adanya *treatment* menggunakan *flashcard* ini yang dimainkan secara bersamaan, subjek TAR, ARS dan SFY mulai mampu menghabiskan waktu bermain dengan teman-temannya. Pada dimensi memiliki tujuan hidup, yang dimainkan dengan cara memaparkan mengenai macam-macam cita-cita yang terdapat di kartu, kemudian melakukan tanya jawab mengenai pilihan cita-citanya, setelah itu anak memperagakan sedikit gerakan yang mewakili cita-citanya. Ketika kartu ini dimainkan setiap subjek sangat senang dan bersemangat untuk menunjukkan gerakan atau berpendapat mengenai cita-cita yang dipilihnya.

Dimensi yang terakhir yaitu penerimaan diri, terlihat pada HSA dan TAR yang pada kondisi awal sulit untuk menceritakan pengalaman dan memperkenalkan dirinya, akan tetapi setelah melakukan *treatment* dengan cara menunjuk temannya untuk memilih salah satu kartu yang dipegang, kemudian anak bercerita dihadapan guru dan temannya, subjek HSA dan TAR secara perlahan mampu berani dan dapat menceritakan dirinya berdasarkan pengalaman yang menarik.

Tabel 4. Rekapitulasi Skor Perolehan Subjek di *Baseline-2*

Kondisi Baseline 2	Skor Perolehan Subjek					
	AMR		KLA		NRA	
	N	K	N	K	N	K
	96	T	96	T	102	T

Kondisi Baseline 2	Skor Perolehan Subjek							
	SFY		ARS		HSA		TAR	
	N	K	N	K	N	K	N	K
	96	T	94	T	99	T	103	T

Berdasarkan data pada tabel 4 menunjukkan skor rata-rata dari setiap subjek. Fase *Baseline 2* dilakukan untuk melihat apakah penggunaan media *flashcard* dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada setiap subjek atau tidak ada pengaruhnya. Dari perolehan skor setiap subjek terdapat peningkatan yang lebih signifikan dari hasil Intervensi, yaitu mencapai kurang lebih dari rentang 95-103, artinya setiap subjek sudah mencapai kategori tinggi dalam kesejahteraan psikologis. Sehingga dari data yang diperoleh dengan skor yang paling tinggi yaitu 103, menunjukkan bahwa media pembelajaran melalui permainan *flashcard* mampu mempengaruhi subjek karena dapat membantu anak untuk menumbuhkan dan meningkatkan kesejahteraan psikologisnya akan tetapi dalam hal ini bukan berarti sudah menuju puncak kesejahteraan atau pencapaian akhir melainkan proses yang berkelanjutan dari penemuan makna hidup (Muqodas, 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis pada anak usia 5-6 tahun sebelum diberikan perlakuan media *flashcard* termasuk kategori sedang dalam kesejahteraan psikologisnya dengan perolehan skor naik turun, hal ini terjadi karena terdapat pengaruh dari faktor luar. Sedangkan setelah diberikan perlakuan dengan media *flashcard* anak memperoleh skor sangat meningkat dengan kategori tinggi dalam kesejahteraan psikologisnya yaitu adanya kebahagiaan dalam proses perjalanan perkembangannya. Sehingga dengan adanya media *flashcard* ini mampu menumbuhkan dan meningkatkan

kesejahteraan psikologis pada anak usia 5-6 tahun. Artinya media permainan flashcard ini cukup membantu anak untuk menumbuhkan dan meningkatkan 6 aspek dimensi kesejahteraan psikologis anak yang harus diberikan sejak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifa, Siti Nur. (2016). *Pengembangan Media Flash Card Pada Pembelajaran Tematik Kelas 2 Di Sekolah Dasar Muhammadiyah 01 Paleran Umbulsari Jember*. 01, 1–23.
- Amini, N., & Suyadi, S. (2020). Media Kartu Kata Bergambar Dalam Meningkatkan Kemampuan Kosakata Anak Usia Dini. *PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 119–129. <https://doi.org/10.26877/paudia.v9i2.6702>
- Anindita, D. N., Sih, M., Utami, S., & Eriany, R. A. P. (2021). *Melatih Konsentrasi Pada Anak TK-B Dengan Brain Gym*. 13(1), 105–114. <https://doi.org/10.26877/paudia.V13i1.17811>
- Febriyanti, V., Eva, N., & Andayani, S. (n.d.). *Tingkat kesejahteraan psikologis ditinjau dari tipe kepribadian big five psychological well-being level based on big five personality type*. 20, 141–152.
- Ilis. (2009). *The Effect Of Using Flashcards On Students' Ability In Using Prepositions At The First Grade Students Of Junior High School 10 Tapung*. 31–58.
- Ilis. (2019). *The Effect Of Using Flashcards On Students' Ability In Using Prepositions At The First Grade Students Of Junior High School 10 Tapung*.
- Justicia, R., Rahayu, A. K., & ... (2023). Pelatihan Media Flashcard Voice Berbasis Teknologi Pada Guru PAUD. *Jurnal Pengabdian ...*, 4(2), 986–993. <http://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/970%0Ahttp://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/970/737>
- Keyes, C. D. R. and C. L. M. (1978). The structure of psychological revolutions. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 14(1), 57–64. [https://doi.org/10.1002/1520-6696\(197801\)14:1<57::AID-](https://doi.org/10.1002/1520-6696(197801)14:1<57::AID-)
- JHBS2300140109>3.0.CO;2-7
- Keyes, C. L. M. (2013). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. October 1995. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Khafifah, R. N. (2020). *Meningkatkan Perkembangan Kognitif dengan Metode Bernyanyi Pada Anak Usia Dini*.
- Lili, M., & Rivda, Y. (2020). Penerapan Metode Bermain Peran Dalam Mengembangkan Bahasa Anak Usia Dini. *Pendidikan Tambusa*, 4(1), 502.
- Muhammad, R. (2016). Pengaruh Media Model Jam Aktivitas Terhadap Kemampuan Pengukuran Waktu pada Anak Tunarungu Kelas III di SLB B WIYATA DHARMA I Tempel. *Skripsi*, 66(September), 37–39.
- Muqodas, I. (2019). *Konseling Kesejahteraan untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*. *Disertasi*, 62–76.
- Muqodas, I., Kartadinata, S., Nurihsan, J., Dahlan, T., Yusuf, S., & Imaddudin, A. (2020). *Psychological Well-Being : A Preliminary Study of Guidance and Counseling Services Development of Preservice Teachers in Indonesia 3 . 2 Preservice Teachers ' Psychological Well-being Profile 3 . 1 Preservice Teachers ' Psychological Well-Being Invent*. 399(Icepp 2019), 56–60.
- Pedhu, Y. (2022). *Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara*. 10(1), 65–78.
- Qorina, I. (2019). *Anak Sebagai Masa Depan Bangsa Untuk Indonesia Maju*. 95–99.
- Rustham, T. P. (2019). Dual Earner Family Dan Pengaruhnya Pada Kesejahteraan Psikologis Anak : Sebuah Studi Literatur. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 21(1), 23. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v21i1.757>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., Rejeki, S., & Nomor, M. U. (2022). *Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan*

Kesejahteraan Psikologis. September, 103–115.

Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005).
Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal.

Wulandari, H., & Khusnul, Y. (2020). Research in

Early Childhood Education and Parenting.
Jurnal UPI Research in Early Childhood Education and Parenting, November, 55–64.

Yulia, A., Rita, I. E., & Rahmatika, R. K. (2018).
Kesejahteraan Psikologis pada Anak dan Remaja.