



UBAYA
UNIVERSITAS SURABAYA



BIARKAN AKU MENCOBA SENDIRI

Buku Panduan untuk Orang Tua



Oleh:

Natasya Laihi

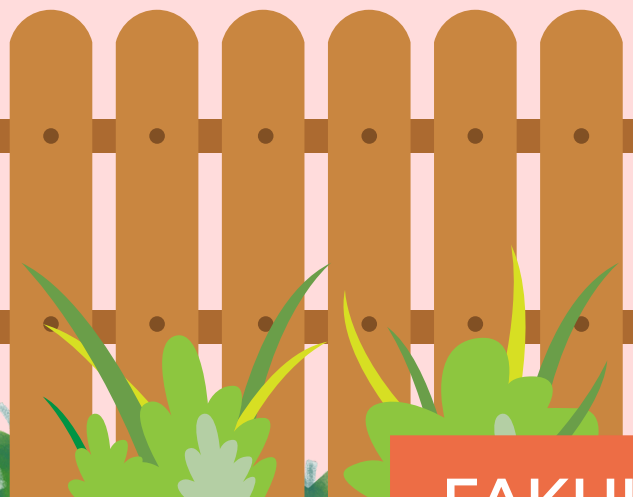
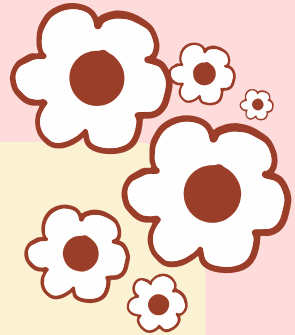
Ni Komang Ayu Liska Sptyani

Nikita Pulcheria Bevani

Clara Marchellia Priyadi

Jennifer Nathania Putri Wijaya

Dr. Monique Elizabeth Sukanto, S.Psi., M.Si., Psikolog



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SURABAYA**



DAFTAR ISI

i

KATA PENGANTAR

1

**PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK UMUR
2-4 TAHUN**

2

**CIRI-CIRI PERKEMBANGAN ANAK 2-4
TAHUN**

3

**MENGAPA ANAK USIA 2-4 TAHUN PERLU
DIDORONG UNTUK MANDIRI?**

4

**BAGAIMANA CARA ORANG TUA
MENDUKUNG MASA EKSPLORASI ANAK?**

5

APA YANG BISA IBU LAKUKAN?

6

KASUS ANAK

7

YUK MAIN TEKA-TEKI SILANG

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya modul buku edukatif “*Biarkan Aku Mencoba Sendiri*”. Modul ini disusun sebagai panduan bagi orang tua dalam memahami dan mendukung kemandirian anak usia 2–4 tahun.

Diharapkan modul ini dapat membantu orang tua memberikan kesempatan mandiri yang aman, menumbuhkan rasa percaya diri anak, serta membangun pola pengasuhan yang adaptif. Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyusunan modul.

Surabaya, Desember 2025

Natasya Laihi

Ni Komang Ayu Liska Sptyani

Nikita Pulcheria Bevani

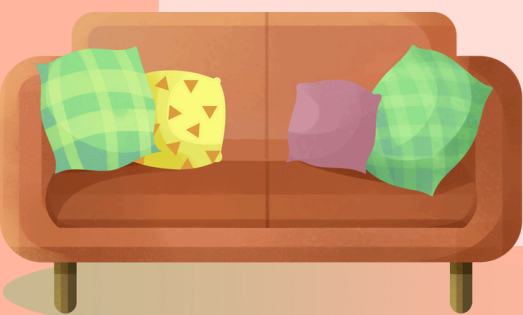
Clara Marchellia Priyadi

Jennifer Nathania Putri Wijaya

Dr. Monique Elizabeth Sukamto, S.Psi., M.Si., Psikolog

Fakultas Psikologi

Universitas Surabaya



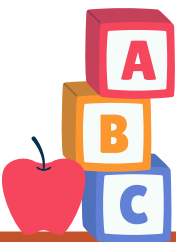
PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK UMUR 2-4 TAHUN

Perkembangan sosial adalah peningkatan kemampuan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain seiring bertambahnya usia.

Jadi, bukan hanya soal punya teman, tapi lebih pada cara kita berkomunikasi dengan baik, mengatur emosi saat marah, sedih, senang, dll., dan mengerti aturan sosial (misalnya: antri, sopan santun, berbagi)⁸.



CIRI-CIRI PERKEMBANGAN ANAK USIA 2-4 TAHUN⁷


1
Senang mencoba
dan melakukan
sesuatu sendiri

2
Sangat fokus pada
diri sendiri

3
Suka meniru orang
di dekatnya

4
Mulai belajar pergi
ke toilet sendiri

5
Sering mudah marah
dan menangis keras⁴

6
Sangat aktif



Kalau orang tua terlalu sering melarang, buru-buru membantu, atau memarahi saat anak mencoba, mereka bisa jadi merasa malu, takut salah, dan akhirnya ragu untuk mencoba hal baru⁹.

MENGAPA ANAK USIA 2-4 TAHUN PERLU DIDORONG UNTUK MANDIRI?⁹

Usia 1-3 tahun adalah masa penting ketika anak mulai merasa mampu dan ingin melakukan berbagai hal secara mandiri karena perkembangan motoriknya yang pesat.



Pada tahap ini, peran orang tua adalah memberi ruang bagi anak untuk mencoba sendiri, bukan terburu-buru mengambil alih atau mengkritik kesalahan kecil seperti tumpah atau jatuh.



Jika orang tua terlalu sering menghambat, anak dapat berkembang menjadi merasa malu, ragu, dan kurang percaya diri, yang berdampak pada cara mereka memandang diri sendiri di masa depan.



BAGAIMANA CARA ORANG TUA MENJADI PENDUKUNG MASA EKSPLORASI ANAK?

1

Menjadi Tempat Aman bagi Anak

Orang tua hadir untuk anak, bukan hanya tubuhnya, tapi perhatiannya juga¹³⁶.



2



Memberikan Batasan yang Konsisten tetapi Tidak Menghambat

Jaga anak dari sesuatu yang benar-benar berbahaya, tapi tetap biarkan mereka mencoba hal kecil yang aman supaya mereka berani dan bisa belajar sendiri⁵¹⁰.

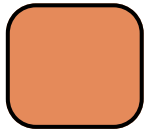
3

Menyediakan Lingkungan untuk Eksplorasi

Orang tua tidak perlu berkata “jangan” terus-menerus, beri kesempatan dan fasilitasi anak untuk melakukan sendiri¹²³.

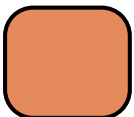


APA YANG BISA IBU LAKUKAN?



Jika anak ingin memanjat perosotan atau naik tangga di taman...

- 1 Cek tangga ataupun perosotan kuat dan aman
- 2 Beri izin dengan berkata “Boleh naik, tapi pelan-pelan dan pegangan ya”
- 3 Mengawasi dekat anak, jangan tinggalkan begitu saja
- 4 Jangan mengangkat atau mendorong anak naik kecuali terpaksa
- 5 Jika anak jatuh, bilang “Kamu kaget ya? Tidak apa-apa, kamu sudah berani”.



Jika anak ingin memakai sepatu sendiri...

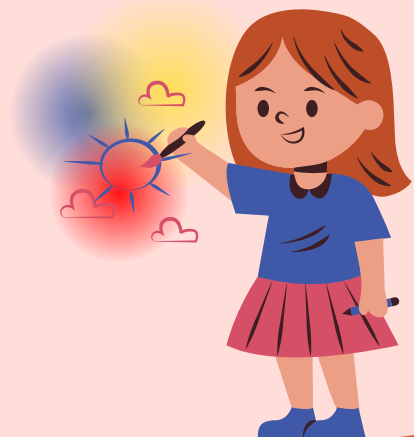
- 1 Biarkan anak mencoba dahulu, Ibu bisa membantu memberi petunjuk.
- 2 “Ini buka tali sepatunya dulu.”
- 3 “Bagus, tumitnya hampir masuk. Dorong sedikit lagi.”
- 4 Setelah berhasil masuk: “Kamu hebat, bisa sendiri!”
- 5 Selanjutnya biarkan anak mencoba tanpa petunjuk dan bantuan

KASUS ANAK

Anak usia 3 tahun ingin menggambar matahari, tapi hasilnya tidak rapi, garisnya keluar ke mana-mana, dan warnanya bercampur. Ibu merasa tergoda untuk memegang tangan anak agar gambarnya lebih bagus.

1. Apa yang sebaiknya dilakukan ibu?

2. Bagaimana cara memberi dukungan tanpa mengambil alih pekerjaan anak?





YUK MAIN TEKA-TEKI SILANG

1. Jika orang tua sering menghambat, anak menjadi _____. (miring, 4 huruf)
2. Saat makanan atau minuman anak tumpah, orang tua sebaiknya memberi _____ bukan marah. (mendatar, 6 huruf)
3. Anak menjadi berani jika diberi kesempatan untuk _____ sendiri. (menurun, 7 huruf)
4. Orang tua cukup melarang hal yang memang berbahaya, bukan hal yang cuma membuat orang tua _____. (mendatar, 5 huruf)
5. Orang tua perlu memfokuskan larangan pada bahaya nyata, bukan _____. (menurun, 12 huruf)
6. Hadir secara _____ artinya orang tua benar-benar memberi perhatian, bukan hanya fisik. (menurun, 9 huruf)
7. Kemampuan anak untuk mengatur marah, sedih, dan senang _____. (mendatar, 5 huruf)
8. Anak usia 2–4 tahun sedang membangun rasa _____ terhadap diri sendiri. (meningkat, 7 huruf)
9. Risiko kecil yang aman membantu anak belajar menjadi lebih _____. (meningkat, 6 huruf)
10. Anak belajar aturan sosial lewat bermain dan berinteraksi dengan _____. (mendatar, 5 huruf)





Yuk main Teka-Teki Silang

A	T	U	K	A	T	E	S	A
H	O	I	E	M	O	S	I	N
U	R	R	K	I	P	S	D	O
T	G	I	H	N	A	M	E	T
A	C	D	A	J	U	E	M	E
N	Q	N	W	L	X	N	O	D
K	I	A	A	W	Z	C	S	G
O	N	M	T	I	P	O	I	W
P	A	Y	I	N	G	B	O	Y
L	R	A	R	A	H	A	N	R
K	E	P	A	U	K	N	A	V
R	B	G	N	I	E	F	L	U



“Anak akan tumbuh percaya diri
ketika orang tuanya percaya bahwa
ia mampu.”

— Lev Vygotsky

KUNCI JAWABAN

KASUS ANAK

Anak usia 3 tahun ingin menggambar matahari, tapi hasilnya tidak rapi, garisnya keluar ke mana-mana, dan warnanya bercampur. Ibu merasa tergoda untuk memegang tangan anak agar gambarnya lebih bagus.

1. Apa yang sebaiknya dilakukan ibu?

Memberi anak kesempatan untuk menggambar sendiri. Meskipun tidak rapi dan berantakan, anak bisa belajar bahwa hal tersebut adalah bagian dari proses.

2. Bagaimana cara memberi dukungan tanpa mengambil alih pekerjaan anak?

1. Jika ada waktu luang, dampingi anak.
2. Ajak anak berbicara, tanyakan "warna apa selanjutnya?"
3. Jika ingin memberi contoh, gambar di kertas lain.
4. Beri pujian untuk hasil karya anak.





Kunci Jawaban Teka-Teki Silang

A	T	U	K	A	T	E	S	A
H	O	I	E	M	O	S	I	N
U	R	R	K	I	P	S	D	O
T	G	I	H	N	A	M	E	T
A	C	D	A	J	U	E	M	E
N	Q	N	W	L	X	N	O	D
K	I	A	A	W	Z	C	S	G
O	N	M	T	I	P	O	I	W
P	A	Y	I	N	G	B	O	Y
L	R	A	R	A	H	A	N	R
K	E	P	A	U	K	N	A	V
R	B	G	N	I	E	F	L	U

Daftar Pustaka

- ¹ Bernier, A., Carlson, S. M., & Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children's executive functioning. *Child Development*, 81(1), 326–339.
- ² Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182–191.
- ³ Grossmann, K. E., Grossmann, K., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheuerer-Engelsch, H., & Zimmermann, P. (2002). The uniqueness of the child-father attachment relationship: Fathers' sensitive and challenging play as a pivotal variable in a 16-year longitudinal study. *Social Development*, 11(3), 301–337.
- ⁴ Hurlock, Elizabeth. B. (1978). *Child Development*, Sixth Edition. New York : Mc. Graw Hill, Inc.
- ⁵ Longobardi, C., Prino, L. E., Calabria, R., & Settanni, M. (2016). Parent-child relationships and children's behaviors in early childhood: A contractive model of autonomy support vs. control. *Frontiers in Psychology*, 7, 1704.
- ⁶ Perry, N. B., Dollar, J. M., & Calkins, S. D. (2018). Child and maternal factors that predict intrusiveness during toddlerhood. *Journal of Family Psychology*, 32(1), 117–127.
- ⁷ Pupu, S. (2018). Perkembangan peserta didik.
- ⁸ Saihu, M. (2022). Intensifikasi Kecerdasan Emosional Anak Introvert Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Pada Pendidikan Dasar. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(03), 1063–1082.
- ⁹ Santrock, J. (2010). John Santrock - Life-Span Development, 13th Ed., Vol. 13.
- ¹⁰ Whipple, N., Bernier, A., & Mageau, G. A. (2011). "Autonomy-supportive parenting and child development: A state-of-the-art review." *Canadian Journal of Behavioural Science*, 43(4), 297–306.



Daftar Gambar

ArtsyBee (Pixabay). (n.d.). Illustration of a Butterfly. Dari: <https://www.canva.com/>

Bonitard. (n.d.). Sticky Note Title. Dari: <https://www.canva.com/>

Canva独家插画. (n.d.). 母亲节温情手绘套系插画-一起看书的母女组合小场景-.... Dari: <https://www.canva.com/>

Canva独家插画. (n.d.). 儿童夏令营扁平描边人物插画-拿放大镜的女孩. Dari: <https://www.canva.com/>

Canva独家插画. (n.d.). 儿童夏令营扁平描边人物插画-拿着放大镜的男孩. Dari: <https://www.canva.com/>

Elena Pimukova. (n.d.). Kids Holding Hands Illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

Lisa Yasier. (n.d.). Happy Boy Playing with Toy. Dari: <https://www.canva.com/>

mangokojo. (n.d.). Fence and Grass Flat Icon. Dari: <https://www.canva.com/>

MelQue (Mhek Creatives). (n.d.). Happy Child Riding on a Bike. Dari: <https://www.canva.com/>

Orchid Art. (n.d.). Green Grass Illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

sararoom. (n.d.). Cute Kids Riding Number Train Cartoon Vector – Children Learning Numbers 1 to 4 Education Concept. Dari: <https://www.canva.com/>

SinggPingg. (n.d.). Hand Drawn Pink Flowers. Dari: <https://www.canva.com/>

Sketchify. (n.d.). Girl Drawing Illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

skorec (Pixabay). (n.d.). Blue Paint Splash. Dari: <https://www.canva.com/>

sparklestroke. (n.d.). Cute sun illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

sparklestroke. (n.d.). Preschool cloud illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

sparklestroke. (n.d.). Preschool flower illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

sudutelement. (n.d.). Children Rainbow Handprint Explosion. Dari: <https://www.canva.com/>

Veii Rehanne Martinez (sparklestroke). (n.d.). Flat Textured Corporate Teamwork. Dari: <https://www.canva.com/>

Изображения пользователя Paint_art Creation. (n.d.). Watercolor Cloud Illustration. Dari: <https://www.canva.com/>

独家插画. (n.d.). Summer Seasonal Scene Illustrations – Two-seater Leather Sofa. Dari: <https://www.canva.com/>

いらすとや. (n.d.). Illustration of Father and Daughter playing. Dari: <https://www.canva.com/>



Daftar Gambar

22mm.t. (2025). Cute playful teddy bear [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Blancalab Studio. (2025). Painted dynamic brush shape [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Sparklesstroke. (2025). Blue square geometric shape [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Monsters Visual. (2025). Alphabet educational toys, colorful ABC stacking game with apple [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Fire Tiger Studio. (2025). Label shape [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Winart Project. (2025). Cute shape [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Irasutoya. (2025). Illustration of an angry teacher [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Abbigail-Stdart. (2025). Happy children playing a board game [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Irasutoya. (2025). Shy boy hesitant to join others [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>

Abbigail-Stdart. (2025). Happy portrait parents and children [Ilustrasi]. Canva. <https://www.canva.com>