

## PERAWATAN ANAK USIA 5 – 6 TAHUN

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun dan air mengalir untuk merawat anak
- Penuhi gizi anak dengan makanan keluarga yang bervariasi terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, minyak, sayur dan buah

Setiap saat lakukan stimulasi sesuai usia anak dalam suasana menyenangkan, baik oleh orang tua maupun anggota keluarga.

Stimulasi anak pada rentang usia 5–6 tahun dengan:

- Mengenal nama, fungsi benda-benda
- Bacakan buku, tanya jawab, bercerita
- Menonton TV didampingi maksimal 1 jam, menyanyi
- Cuci tangan, cebok, berpakaian, rapikan mainan
- Makan dengan sendok garpu, masak-masakan
- Menggunting, menempel, menjahit,
- Menyusun balok, memasang puzzle, menggambar, mewarna, menulis nama
- Mengingat, menghafal, mengerti aturan, urutan
- Membandingkan besar kecil, banyak sedikit
- Menghitung, konsep satu dan setengah
- Mengenal angka, huruf, simbol, jam, hari, tanggal
- Melempar, menangkap, berlari, melompat
- Memanjat, merayap, sepeda roda 3, ayunan
- “berjualan”, “bertukang”, mengukur



Lakukan pemantauan perkembangan dengan ceklis di bawah ini. Centang Ya atau Tidak sesuai perkembangan anak anda. Jika pada usia 6 tahun anak belum bisa melakukan salah satu dari ceklis, bawa anak ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan. Untuk anak usia 60–71 bulan, gunakan ceklis pemantauan perkembangan halaman sebelumnya.

		Ya	Tidak
1.	Anak bisa berjalan lurus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Anak bisa berdiri dengan 1 kaki selama 11 detik?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Anak bisa menggambar dengan 6 bagian, menggambar orang lengkap?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Anak bisa menangkap bola kecil dengan kedua tangan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Anak bisa menggambar segi empat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Anak bisa mengerti arti lawan kata?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Anak bisa mengerti pembicaraan yang menggunakan 7 kata atau lebih?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Anak bisa menjawab pertanyaan tentang benda terbuat dari apa dan kegunaannya?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Anak bisa mengenal angka, bisa menghitung angka 5 –10?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Anak bisa mengenal warna-warni?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Anak bisa mengungkapkan simpati?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Anak bisa mengikuti aturan permainan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Anak bisa berpakaian sendiri tanpa dibantu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Lanjutkan perawatan gigi dengan mengingatkan anak menyikat gigi**

1. Gigi susu sudah tumbuh semua: 20 buah, mulai tumbuh 2 gigi geraham tetap, rahang bawah pertama kiri dan kanan
2. Periksa gigi anak secara rutin setiap 3–6 bulan sekali ke dokter gigi atau perawat gigi di Puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya

**Bawa anak anda ke Puskesmas/ Fasilitas Kesehatan jika memerlukan konsultasi kondisi kesehatan anak**