

## **Cara mengajari anak untuk BAK dan BAB di toilet atau jamban**

1. Mengajari posisi duduk/jongkok yang benar saat memakai toilet.
2. Setelah selesai BAK atau BAB, ajari dia untuk membersihkan alat kelaminnya. Untuk anak perempuan, ajari untuk membasuh alat kelaminnya memakai tangan kiri dimulai dari arah depan vagina, kemudian ke bagian anus. Hal ini bertujuan untuk mencegah berpindahnya bakteri dari anus ke vagina.
3. Untuk anak laki-laki, ajari untuk mengarahkan penisnya ke bawah pispot atau toilet agar air seni tidak menyiprati bagian depan tempat duduk pispot atau kloset. Ajari juga anak Anda untuk membersihkan penisnya dengan air usai melakukan BAK.
4. Anak-anak di bawah usia 4-5 tahun biasanya tidak bisa membersihkan alat kelaminnya dengan benar, terutama setelah BAB. Pada saat inilah Anda bisa membantu membersihkannya.
5. Bantu anak untuk menyiram toilet setelah BAK atau BAB. Jika menggunakan pispot, ajak Anak untuk melihat proses pembuangan air seni atau tinja dari pispot ke kloset.
6. Hal itu berguna agar anak tahu tempat pembuangan terakhir air seni atau tinja adalah di kloset.
7. Sebelum memakai pakaian dalam ajari dan biasakan anak untuk mengeringkan daerah sekitar alat reproduksi dengan kain atau handuk kering.
8. Setelah itu, ajari anak untuk mencuci tangan yang benar usai memakai toilet.
9. Pada tahapan ini, cobalah untuk sering memberi anak pujian. Puji tiap aktivitas yang berhasil dia lakukan untuk menambah kepercayaan dirinya di masa mendatang.