

# Tarian Ini Menyenangkan Seperti Bercinta Lho

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Selain membakar kalori dan membuat tubuh semakin kencang, menari pun membuat Anda merasa seksi, sehingga tampil percaya diri di hadapan suami. Tahukah Anda bahwa ada beberapa tarian pembakar kalori yang tingkatnya setara seperti jika Anda bercinta? Dikutip dari Femina, ini dia empat latihan yang bisa Anda dan pasangan coba:

## 1. The belly dancer

Belly dancing dipercaya dapat meningkatkan stamina seksual. Ya, gerakannya membantu memperkuat otot perut dan pinggul bawah, sehingga meningkatkan sensitivitas serta intensitas orgasme. Gerakan pinggul Anda selama satu jam itu membakar 350 kalori.

## 2. On the floor

Hasil penelitian Cindy Meston, PhD., menyebutkan bahwa salsa dipercaya dapat memperbaiki kualitas hubungan suami istri. Pasalnya, gerakan Salsa dapat mengencangkan otot Miss V, sehingga lebih responsif setelah melakukan latihan selama 3-4 kali seminggu selama 20 menit.

Selain dapat membakar 200 kalori hanya dalam waktu 30 menit, pola tarian Salsa yang mengandalkan permainan pinggang dan kaki berguna untuk membentuk tubuh agar lebih seksi sekaligus lentur.

### 3. Miss Freida Pinto

Tari Bollywood mengombinasikan langkah klasik tari rakyat India, Latin, dan gaya hip hop. Gerakannya cepat, lincah, dan dinamis. Ingin yang lebih seru dan panas? Kenakan busana yang tipis/menerawang saat enari bersama pasangan. Dijamin keringat yang keluar dan “mencetak” lekukan tubuh Anda bikin pasangan makin bergairah.

### 4. Goyang hula hoop

Tarian ini membakar kalori dalam jumlah besar, merampingkan perut, memperkuat tulang punggung, serta menguatkan irama jantung. Putar selama 30 menit agar 250-300 kalori terbakar.

Biar lebih seru, tantang pasangan untuk memutar hula hoop di tubuhnya selama mungkin. Siapa yang bertahan boleh meminta “servis” apa saja kepada yang kalah. Jangan lupa pasang musik agar lebih bersemangat. [\\*\\* Baca juga: Kesuburan Pria Dipengaruhi Oleh Ukuran & Jumlah Sperma](#)

Seru bukan? (ilj/bbs)

---

# Kesuburan Pria Dipengaruhi Oleh Ukuran & Jumlah Sperma

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Banyak penelitian yang sudah dilakukan untuk menjawab beberapa pertanyaan tentang kesuburan pria. Kebanyakan riset soal kesuburan difokuskan pada ukuran sperma dan bagian kepalanya.

Studi yang dilakukan Brown University di Rhode Island, dikutip dari Tempo, menunjukkan variabilitas panjang sperma juga menjadi kunci kesuksesan reproduksi.

“Seperti sebuah produk yang keluar dari pabrik dengan ukuran tidak konsisten, ejakulasi dengan berbagai panjang sperma bisa menjadi masalah,” kata James Mossman dari Brown University.

James bersama rekan-rekannya memeriksa sperma yang disediakan oleh 103 orang yang terdaftar dalam studi kesuburan pada 2006 silam.

Mereka menemukan hubungan antara variasi panjang sperma, terutama dari flagel atau ekor, dan konsentrasi yang lebih rendah dan bisa berenang dengan baik.

Ukuran ideal para perenang kecil ini adalah panjang kepala sperma sekitar 20 persen, bagian tengah (tempat mitokondria) memiliki variasi panjang lebih tinggi, dan panjang ekor sekitar 20 persen.

“Kita tidak bisa mengetahui apakah sperma berenang lebih cepat atau berkualitas lebih baik, terlepas dari panjang mereka,” kata Chris Ford, peneliti sperma di University of Bristol di Inggris, yang tidak terlibat dalam penelitian ini.

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan sekitar 35-40 persen orang mengalami kesulitan memiliki anak akibat masalah sperma suami yang kualitasnya tidak baik.

Menurut John Fitzpatrick, seorang peneliti di Pusat Biologi Evolusi di University of Western Australia, ejakulasi ibarat lomba ketahanan atau sprint dari sperma guna mencapai sel telur. [\\*\\* Baca juga: Ooww, Mayoritas Pria Ingin Bercinta di Kamar Mandi](#)

“Jelas ini ujian yang melelahkan, sehingga hanya sel sperma yang memiliki daya tahan dan kualitas tinggi yang dapat mencapai serta membuahi sel telur,” katanya.(ilj/bbs)

---

## Ooww, Mayoritas Pria Ingin Bercinta di Kamar Mandi

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016





Ilustrasi/bbs

Kabar6-Mungkin Anda mengira jika tempat paling menggairahkan untuk bercinta menurut pria adalah di tempat tidur. Namun simpan dulu jawaban Anda, karena ternyata berdasarkan sebuah survei, kebanyakan pria lebih suka bercinta di kamar mandi.

Menurut survei yang dilakukan oleh produsen kondom Trojan, dikutip dari vemale.com, sebanyak 73 persen laki-laki ingin bercinta saat mereka sedang mandi.

Keinginan tersebut dianggap masuk akal, karena bercinta saat mandi adalah suatu hal yang dianggap seksi oleh pria.

Alasan lain, saat mandi Anda memiliki kesempatan menyentuh seluruh bagian tubuh sendiri, dan secara alami pria akan terangsang oleh sentuhan yang lembut. Nah, dari sinilah banyak pria berpikir ada baiknya jika mandi dikombinasikan dengan bercinta.

Hasil survei juga menunjukkan bahwa 81 persen pria yang pernah bercinta dengan pasangan saat mandi pasti ingin melakukannya lagi. Kapan waktu yang tepat menurut pria untuk bercinta di kamar mandi? [\\*\\* Baca juga: Bakar Gairah Pasangan Lewat Sentuhan di Telapak Kaki](#)

Sebanyak 56 persen di antaranya mengatakan bahwa mereka ingin bercinta saat musim panas, atau saat suhu udara panas. Mandi sambil bercinta bukan hanya bisa mendinginkan tubuh, tapi juga menyegarkan pikiran dan meluapkan hasrat terpendam.(ilj/bbs)

---

# Bakar Gairah Pasangan Lewat Sentuhan di Telapak Kaki

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Selama ini mungkin Anda mengira jika area sensitif pria yang mampu meningkatkan gairah bercinta hanya pada Mr P saja. Ternyata, ada banyak bagian tubuh lain yang bisa juga “dipancing”.

Salah satunya adalah telapak kaki. Mark Michaels, penulis buku panduan seks ‘Partners in Passion: A Guide to Great Sex, Emotional Intimacy, and Long-Term Love’, mengatakan bahwa pria memiliki konsentrasi lebih tinggi dan sensitif di saraf telapak kakinya dibandingkan wanita.

Ada titik poin akupresure sekitar sepertiga dari jari kaki ketiga, tepat di bagian tengah atau lekukan pada jari tengah. Dikutip dari vemale.com, titik ini dijuluki “bubbling spring”, karena mampu meningkatkan aliran darah ke seluruh tubuh, termasuk salah satunya di bagian intim pria, sehingga memuat mereka lebih panas dan bergairah.

Bagaimana caranya agar pasangan menjadi “liar” dengan sentuhan di bagian telapak kaki? Mulai dengan memijat bagian kakinya

perlahan. Bisa dibantu juga dengan minyak agar pijatan terasa lembut dan membuatnya rileks.

Lalu perlahan pijat bagian telapak kakinya, pijat tiap jari kakinya, terutama di bagian bubbling spring tadi. Terakhir, perlahan cium ujung jarinya. [\\*\\* Baca juga: Trik Jitu Agar Pasangan Ikuti Gaya Bercinta Anda](#)

Anda bisa melakukannya sebagai foreplay sebelum menuju menu utama. Tunggu reaksi tak terduga dari pasangan. Dijamin sesi bercinta Anda dan pasangan menjadi momen tak terlupakan.(ilj/bbs)

---

# **Trik Jitu Agar Pasangan Ikuti Gaya Bercinta Anda**

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Bisa jadi dalam beberapa sesi bercinta, Anda merasa kurang begitu puas dengan performa pasangan. Namun untuk berterus terang, Anda tidak memiliki keberanian, salah satunya karena tidak ingin menyakiti hati pasangan.



Jika hal ini dibiarkan terus menerus, tentu saja tidak baik untuk kehidupan seksual Anda dan pasangan.

Nah, berikut adalah tips dan trik agar pasangan mau bercinta seperti yang Anda inginkan, dikutip dari Cosmopolitan:

#### 1. Lebih spesifik

Setiap wanita memiliki fantasi seks. Bila Anda merasa pasangan melakukannya terlalu lembut atau justru terlalu kuat, katakan langsung padanya. Mereka tahu apa yang diinginkan pasangan, jika Anda memberitahunya. Letakkan tangan Anda di atas bahunya lalu tunjukkan apa yang sebenarnya Anda sukai.

#### 2. Gunakan sedikit strategi

Jangan pernah mengatakan hal seperti ini padanya saat bercinta, "Hmm, rasanya posisi ini aneh," atau "Kamu sedang mencoba posisi apa, sih?".

Nah, daripada mengomentari perlakuannya, tunjukkan pada pasangan posisi yang lebih nyaman bagi Anda berdua.

#### 3. Pria suka (sekali) erangan wanita

Meskipun demikian, bukan berarti Anda juga lantas terus menerus membuat suara seksi sepanjang sesi bercinta. Jangan juga membuat suara seksi saat si dia tidak membuat Anda puas hanya karena merasa kasihan.

Pasangan tidak akan tahu hal apa yang sejujurnya Anda inginkan. Jadi, mengeranglah saat Anda merasakan hal spektakuler, sehingga dia tahu apa yang seharusnya dilakukan.

#### 4. Berikan dia pujian

Pria memiliki gengsi yang amat sangat tinggi. Jika Anda yang memiliki kontrol terhadap dirinya di atas ranjang semalam, berikan dia pujian keesokan harinya seperti, "Kamu pintar membuatku bergairah semalam. Nanti malam aku hanya untuk kamu." Dijamin, pasangan akan pulang lebih cepat malam itu.

#### 5. Ajak si Dia



Anda menginginkannya di atas ranjang, namun bingung melontarkan kalimat ajakan yang sedikit erotis? Genggam tangannya, lalu arahkan ke pinggang Anda, kemudian katakan “Aku suka saat kamu memeluk tubuhku erat seperti ini, terutama ketika di atas ranjang.” [\\*\\* Baca juga: Sstt...Ini Gaya Bercinta di Beberapa Negara](#)

Selamat mencoba bersama pasangan.(ilj/bbs)

---

# Sstt...Ini Gaya Bercinta di Beberapa Negara

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Setiap pasangan sudah pasti memiliki gaya bercinta sendiri, entah itu hasil dari eksplorasi sendiri, atau meniru dari berbagai referensi. Sama halnya, tiap negara pun ternyata memiliki gaya sendiri. Penasaran? Ini dia ulasannya, dikutip dari menshealth.co.id:

1. Inggris, seks adrenalin tinggi

Berdasarkan survei seks Durex terhadap 317.000 orang di 41 negara, pria kikuk dan pemalu, tipikal pria Inggris, sangat disukai. Pasangan mereka bahkan sering tidak sabar untuk segera naik ke atas tempat tidur.

Kebanyakan pasangan di Inggris lebih menyukai berhubungan seks di transportasi umum atau di dekat semak-semak di sebuah taman.

“Banyak remaja yang jatuh cinta pada pasangannya saat bertemu di antrian di sebuah supermarket,” kata Vicky Ford, seorang seksolog dari Inggris dan penulis buku *Overcoming Sexual Problems*.

Dan sepertinya mereka mencoba melampiaskan hasrat seksualnya saat dalam perjalanan ke rumah.

## 2. Australia, mobil goyang

Bagi orang Australia, bercinta di dalam mobil justru paling asyik. Menurut survei seks Durex, hampir 75 persen orang Australia pernah berhubungan seks di jalan di dalam mobil mereka.

“Kami, orang Australia, selalu mendapatkan tempat yang sepi untuk bercinta,” kata Jan Hall, Ph.D., seorang terapis seks dari Australia.

Mobil dapat memberikan perlindungan yang ideal. “Berhubungan seks secara sembunyi-sembunyi dan mengendap-endap akan menimbulkan antisipasi dan membuat Anda berdua menjadi makin tidak sabar untuk melakukannya,” kata Gabrielle Morrissey, Ph.D., penulis buku asal Australia yang berjudul *A Year of Spicy Sex*.

## 3. Rumania, tanpa basa-basi

Mendapatkan wanita Rumania sangatlah gampang. Kecuali bila Anda sangat kurang percaya diri. Saat pria Rumania tertarik pada seorang wanita, ia akan mengatakan langsung padanya. Pria di Rumania memiliki rasa percaya diri yang sangat tinggi, dan

para wanitanya meresponnya secara baik.

#### 4. Tiongkok, bangkitkan gairah dengan teknologi

Di Tiongkok, para pria langsung menghubungi pasangannya setelah melewati kencan yang sukses keesokan harinya lewat e-mail. Teknologi berperan sangat penting bagi para pasangan yang sedang menjalin hubungan di sana, dan kebanyakan mereka bertemu lewat internet. Jadi, bila pria tidak cepat berinisiatif, maka wanita akan mencari pria lain yang lebih cepat.

#### 5. Italia, goda dengan makanan

Jika Anda ingin mendapatkan pasangan, Anda harus memulainya dari meja makan. Menggodanya secara terang-terangan saat sedang bersantap (atau secara sembunyi-sembunyi dari balik meja makan). Makanan dan seks memiliki hubungan yang erat, karena sama-sama merangsang indera Anda.

#### 6. India, perpanjang kenikmatan

Pria di India tahu kalau perjalanan selalu terasa lebih menarik dibandingkan tujuannya. Karenanya, kenikmatan seksual berhubungan langsung dengan tahapan proses rangsangan yang meliputi cumbuan, sentuhan, dan ciuman. Singkatnya, terlalu fokus pada hasil akhir akan menghilangkan kenikmatannya.

#### 7. Belanda, bermain dengan posisi

Pasangan di Belanda tahu apa yang mereka inginkan dan bagaimana cara meminta apa yang mereka mau di tempat tidur. Sebanyak 64 persen pria dan wanita di Belanda sangat percaya diri dalam mengutarakan keinginannya saat berhubungan seks.

Di bar, tingkat keberhasilan pria Belanda mendapatkan wanita sangat tinggi. Selain itu, baik pria maupun wanitanya sangat senang bereksperimen di tempat tidur. Berani mengutarakan keinginan Anda secara langsung akan membuka jalan untuk mendapatkan kenikmatan seksual yang Anda berdua inginkan.

#### 8. Yunani, jangan terlalu tegang

Di Yunani, para pria bicara seks setiap waktu dan berani

bicara porno pada pasangannya di depan sepuluh orang. Mereka pun tidak risih berciuman atau bersentuhan dengan pasangannya di depan umum. Aksi ini mungkin juga berhasil untuk Anda. [\\*\\* Baca juga: Enam Fakta Lain Tentang Seks yang Bikin Anda Terbelalak](#)

Well, bagaimana dengan pasangan di Indonesia?(ilj/bbs)

---

# Enam Fakta Lain Tentang Seks yang Bikin Anda Terbelalak

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Harus diakui, seks adalah salah satu kebutuhan yang sangat penting bagi pasangan suami istri. Karena itulah, urusan ranjang yang terbengkalai akan mengganggu keharmonisan rumah tangga.

Namun, manfaat seks tidak melulu untuk kesenangan dan kelangsungan hidup atau keturunan. Karena dilansir feed.id dari List Verse, berikut adalah enam fakta tentang seks yang bikin Anda terbelalak:

#### 1. Seks bisa mengurangi berat badan

Manusia kehilangan 26 kalori ketika berciuman. Sedangkan hubungan seks selama 1,5 jam membakar 150 kalori. Dengan perhitungan ini, Anda dapat kehilangan 1,5 kilogram dalam setahun jika berhubungan seks sebanyak tujuh hingga delapan kali per bulan.

#### 2. Kondom

Kondom yang pertama kali digunakan berasal dari bagian dalam hewan. Sebelum abad ke-15, pria di Asia menggunakan kondom yang hanya menutup bagian kepala Mr P, yang terbuat dari bagian dalam domba. Sedangkan di Jepang, kondom dibuat dari cangkang kura-kura atau tanduk binatang.

#### 3. Seks menghilangkan sakit kepala

Seks membuat tubuh mengeluarkan endorfin yang menjadi pengobatan alami untuk sakit kepala pada manusia.

#### 4. Sperma bisa memutihkan

Protein di dalam sperma memiliki efek mengencangkan pada kulit. Ketika sperma dibiarkan kering, penguapan dari air di dalamnya meninggalkan protein yang mampu mengurangi kerutan.

#### 5. Pria & film porno

Pria yang kerap menyaksikan film porno berisi dua pria dan satu wanita memproduksi lebih banyak sperma dibanding mereka yang hanya melihat wanita saja.

#### 6. Pelacur penguin

Percaya atau tidak, beberapa jenis penguin bersedia melakukan hubungan seksual dengan sembarang pejantan agar mendapat hiasan yang dibutuhkan untuk membangun sarang. [\\*\\* Baca juga: Posisi Bercinta Favorit Tunjukkan Karakter Pasangan](#)

Bagaimana pendapat Anda?(ilj/bbs)

---

# Posisi Bercinta Favorit Tunjukkan Karakter Pasangan

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Anda ataupun pasangan sudah pasti memiliki posisi bercinta favorit. Ternyata tidak sekadar memberikan rasa nyaman pada pasangan, pemilihan posisi bercinta pun ternyata dapat menunjukkan karakter pria lho.

Penasaran? Ini dia uraiannya, dikutip dari joyindonesia.com:

## 1. Doggy Style

Pemilihan posisi ini menggambarkan bahwa ia cenderung mendominasi, serta lebih mengedepankan gairah ketimbang kasih sayang terhadap Anda.

Tipe pria ini tak suka dengan penolakan, dan selalu ingin hasrat dan keinginannya terpenuhi dengan sempurna. Pria ini juga termasuk ke dalam kategori pemarah dan mudah tersinggung apabila Anda tak mengikuti kata hatinya.

## 2. Misionaris

Pria yang bercinta dengan posisi ini biasanya tipe yang konservatif, tidak berani mengambil risiko dan patuh pada peraturan dalam hidupnya.

Posisi ini juga dapat mengartikan bahwa ia adalah tipe pria yang cenderung monoton. Namun pria tersebut benar-benar mengagumi Anda sebagai pasangannya.

## 3. Cowgirl

Posisi ini menggambarkan pria yang ingin selalu dipenuhi segala permintaannya. Posisi ini juga menuntut kerja keras dari pihak wanita.

Pria yang gemar melakukan posisi ini saat bercinta cenderung hidup nyaman dan menikmati segala sesuatu yang telah ia dapatkan. Posisi cowgirl ini juga menggambarkan bahwa si pria jarang bisa mengambil keputusan seorang diri dan lebih bergantung kepada pasangannya.

Selain itu, posisi ini juga mengartikan bahwa ia adalah tipe pria yang ingin segala sesuatunya cepat selesai dengan cara apa pun.

## 4. Spooning

Pria yang gemar bercinta dengan posisi ini menandakan bahwa ia senang berada dalam sebuah hubungan cinta yang terikat, dan menggambarkan bahwa pria tersebut berhasil membangun rasa percaya diri yang tinggi.

Namun menjalani hidup sendiri merupakan hal yang mustahil dilakukan baginya. Karena itulah, ia begitu memuja pasangan dan seakan tidak ingin lepas darinya.



Sayang, tipe ini cenderung posesif dan penuh rasa cemburu. Ia akan panik saat Anda tidak memberi kabar ataupun menghilang darinya walau hanya sebentar saja.

#### 5. The cat

Gaya bercinta ini adalah variasi dari posisi doggy-style dan spooning. Dilakukan dengan posisi wanita berbaring tengkurap, kemudian pria melakukan penetrasi dari atas dengan tumpuan tangan yang lurus seperti pose yoga.

Posisi ini menandakan pria tersebut tidak peduli terhadap hal-hal yang menyangkut duniawi, namun lebih kepada spiritual. Ia sangat mengutamakan keseimbangan dalam kehidupan maupun percintaan.

Pria yang menyenangi posisi ini merupakan tipe penyabar namun mudah kehilangan arah saat pasangannya tidak peduli lagi akan dirinya. [\\*\\* Baca juga: Delapan Cara Ciptakan Momen Dahsyat Bercinta Pagi Hari](#)

Bagaimana karakter pasangan Anda?(ilj/bbs)

---

## **Delapan Cara Ciptakan Momen Dahsyat Bercinta Pagi Hari**

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Selama bulan Ramadan, bercinta pada pagi hari dalam hal ini menjelang sahur, adalah salah satu waktu paling pas untuk memenuhi kebutuhan biologis pasangan suami istri.

Beberapa studi mengatakan bahwa seks di pagi hari bisa memberikan efek positif sepanjang hari, seperti perasaan bahagia, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi nyeri sendi, mengatasi migrain, dan meningkatkan sistem ketahanan tubuh.

Bagaimana agar momen tersebut menjadi pengalaman yang dahsyat? Dikutip bintang.com, berikut delapan cara yang mungkin bisa membantu Anda dan pasangan:

1. Siapkan dari malam sebelumnya.

Seks tidak melulu tentang nafsu dan penetrasi, karena Anda pun perlu memperhatikan faktor kenyamanan. Bau napas pagi yang buruk bisa jadi salah satu faktor penghancur mood saat bercinta. Jadi, jangan lupa gosok gigi ya sebelum “bertempur”.

2. Bangun lebih pagi dari pasangan

Pasang alarm handphone dengan mode getar yang diletakkan di bawah bantal. Atur waktu 40 menit lebih awal dari waktu bangun tidur si Dia.

3. Jaga kebersihan tubuh

Dengan bangun lebih awal, Anda bisa memanfaatkan waktu untuk

membersihkan tubuh. Mandi atau sekadar memakai parfum dan deodoran serta merapikan rambut bukan. Buatlah diri Anda terlihat rapi sebelum membangunkan pasangan.

4. Bangunkan pasanganmu dengan lembut & menggairahkan  
Bangunkan pasanganmu dengan cara yang ia suka, atau Anda bisa memulainya dengan mencium leher, punggung, atau dadanya. Pilih area tubuh yang tidak mengharuskannya untuk bergerak. Sentuhan seperti ini akan meningkatkan mood di pagi hari.

5. Buat dia merasa seksi  
Setelah pasangan membuka mata dan menggerakkan tubuhnya, mulailah untuk membisikkan kata-kata betapa menakjubkannya dia pagi itu. Sambil berbicara, Anda sekaligus bisa memberikan beberapa sentuhan foreplay di area tubuhnya. Sesekali keluarkan kata-kata “nakal” untuk membangkitkan hasrat bercintanya.

6. Lakukan kilat  
Sebesar apa pun keinginan Anda dan pasangan untuk bercinta lebih lama, ingat waktu Anda sangat singkat. Meskipun demikian, berkejaran dengan waktu bukan halangan untuk meraih orgasme. Hal yang perlu diingat, foreplay yang baik akan mengantarkan Anda dan pasangan pada sesi bercinta yang dahsyat.

7. Coba posisi sederhana dengan sensasi luar biasa  
Pilih posisi bercinta yang membuat Anda dan pasangan nyaman. Anda bisa memilih posisi sederhana namun dapat memberikan sensasi luar biasa seperti spooning, missionary, atau cowgirl.

8. Mandi bersama  
Saatnya membersihkan diri (mandi junub) usai bercinta, untuk kemudian sahur dan bersiap menjalankan ibadah puasa. [\\*\\* Baca juga: Lima Hal Sebelum Bercinta yang Bisa Didiskusikan Dengan Pasangan](#)

Semoga bermanfaat.(ilj/bbs)

---

# Lima Hal Sebelum Bercinta yang Bisa Didiskusikan Dengan Pasangan

written by Kabar 6 | 21 Juni 2016



Ilustrasi/bbs

Kabar6-Komunikasi yang terbuka sekaligus nyaman adalah komponen penting yang harus dimiliki pasangan suami istri. Demikian pula dalam hal seks. Dikatakan, suami-istri yang terbuka dalam mengomunikasikan soal seks, diklaim akan lebih dapat menikmati ritual bercinta dan langgeng dalam membina rumah tangga.

Teori tersebut disampaikan oleh Joseph Grenny, yang pernah melakukan studi terhadap sejumlah pasangan, dalam buku *Crucial Conversations*.

Menurut Grenny, seperti dikutip dari [tabloidnova.com](http://tabloidnova.com), diskusi seputar seks yang matang dan mendalam, akan membuat hubungan intim suami istri menjadi lebih baik. Nah, masalah seks apa saja yang dapat didiskusikan dengan suami?

### 1. Batasan eksplorasi

Diskusikan batasan dan variasi gaya bercinta yang boleh dan tidak boleh dilakukan Anda dan pasangan. Dalam hal ini adalah hal-hal mana yang tidak ingin Anda lakukan atau sebaliknya.

Apakah ada batasan tertentu, terbuka untuk beberapa variasi, atau bahkan sesekali bisa mencoba teknik baru? Nah, batasan eksplorasi seks itu yang bisa Anda diskusikan dengan pasangan.

### 2. Membahas kendala di ranjang

Ketika gagal mencapai orgasme, misalnya, diskusikanlah dengan pasangan. Hindari sikap diam dan enggan untuk membahasnya, karena bagaimana pasangan tahu apa yang Anda rasakan bila tak diutarakan? Jika ada masalah dengan tempo gerakan pasangan pun, Anda sangat boleh memintanya memperlambat atau bahkan mempercepat tempo.

Percayalah, saat Anda lebih terbuka diskusi tentang seks dengan pasangan, Si Dia pasti senang dan sesi bercinta pun lebih memuaskan.

### 3. Keamanan

Mengutarakan masalah keamanan dalam bercinta akan membuat hubungan menjadi lebih baik. Apakah Anda memilih menggunakan kontrasepsi, atau salah satu ingin menggunakan perangkat alat bantu seks lainnya? Atau sebaliknya, Anda dan pasangan tidak ingin menggunakan alat bantu.

### 4. Waktu & mood

Kapan waktu yang tepat untuk bercinta bagi Anda? Lalu cari tahu juga kapan waktu bercinta terbaik versi suami. Membahas soal waktu dan mood bisa jadi perbincangan yang menarik untuk digali lebih jauh.

Jangan malu bila perbincangan berlanjut hingga membahas fantasi terpendang masing-masing. Ada kalanya, terbuka masalah fantasi seks justru terdengar sangat seksi, lho!

### 5. Bertukar saran

Saat bersenda gurau dengan suami lewat obrolan santai, cobalah cari tahu apa yang ada dalam pikirannya saat sedang melakukan hubungan intim. Apakah suami memiliki saran mengenai apa yang harus dan baiknya Anda lakukan?

Lalu, utarakan pula apa yang ingin Anda sampaikan padanya. Percayalah, komunikasi dua arah akan menjaga gelora dan gairah bercinta Anda berdua. [\\*\\* Baca juga: Ini Empat Aromaterapi yang Bikin Anda & Pasangan Bergairah](#)

Semoga bermanfaat.(ilj/bbs)