

Kumpulan KONSULTASI SEKS

Dr Boyke Dian Nugraha

Sumber : Suara Karya

Hubungan Seks Ideal

Dr Boyke yang baik,

Maaf, to the point saja, ya dok. Begini pertanyaan saya! Idealnya berapa kali (seminggu) sih berhubungan seks yang sehat itu? Umur saya 30 tahun, suami 39 tahun. Dulu, ketika saya masih pengantin baru, kami seringkali melakukan hubungan seks hampir setiap hari. Saya ingat, ketika berbulan madu dan menginap di hotel, kami biasa melakukan making love (ML) rata-rata tiga kali sehari. Kemudian porsinya berkurang dengan sendirinya, dan kemudian kami biasa melakukan hubungan seks rata-rata 2-3 kali seminggu. Setelah anak pertama dan kedua lahir, hubungan seks kami makin jarang. Apalagi setelah suami naik jabatan, dan semakin sibuk, porsi hubungan seks kami rata-rata hanya seminggu sekali, bahkan pernah sampai dua minggu sekali. Sejauh ini stiap kali melakukan hubungan seks, kami memang tak pernah punya masalah. Suami saya bukan tipe pria yang egois dan mau enaknya sendiri. Setiap kali berhubungan seks, suami saya selalu menunggu agar saya mengalami orgasme terlebih dahulu. Pokoknya, kami selalu sama-sama asyik. Pertanyaan saya, apakah kelangkaan hubungan seks kami merupakan tanda-tanda memudarnya pula kehidupan seks kami? Atau, mungkinkah suami saya mulai bosan? Bagaimana mendorong suami agar tetap melakukan ML minimal seminggu dua kali? Terima kasih.

Hetty S

Karawaci Tangerang

Jawab

Frekuensi hubungan seks yang ideal adalah 1-4 kali per minggu, yang biasanya menurun sesuai dengan bertambah lamanya usia perkawinan dan proses penuaan. Stres fisik dan stres psikis (misalnya kelelahan) dapat menurunkan frekuensi hubungan seks pasangan suami isteri, apalagi jika hubungan seks tersebut dilakukan secara monoton, tanpa teknik dan variasi-variasi yang baru. Di samping itu, perubahan postur tubuh akibat kegemukan, melahirkan juga dapat mengurangi gairah suami untuk melakukan hubungan seks. Frekuensi hubungan seks -- satu minggu sekali -- masih normal untuk seusia Anda dan suami. Jika Anda menginginkan lebih, cobalah meminta pada suami dengan cara-cara dan teknik komunikasi yang baik. Saya yakin suami pasti akan memenuhinya, selama ia tidak mengalami disfungsi. Untuk mengatasi kebosanan dapat dicoba berhubungan seks di tempat-tempat yang

romantis (hotel, misalnya), sekaligus merayakan bulan madu ke-2, ke-3 dan seterusnya. Untuk lebih menggairahkan hubungan suami isteri tadi, cobalah teknik, variasi baru sehingga seks merupakan rekreasi yang menyenangkan. Ok.

Perkawinan Sedarah

Teruntuk dr Boyke, salam sejahtera. Saya termasuk pencinta rubrik Konsultasi Seks asuhan dr Boyke. Saya seorang karyawan swasta bekerja di salah satu perusahaan di Jakarta. Umur saya 24 tahun, beragama Islam. Aku punya masalah yang ingin sekali aku tanyakan kepada dr Boyke.

1. Apakah perkawinan yang masih mempunyai hubungan darah atau famili secara agama sah dan diperbolehkan?
2. Lantas, bagaimana dengan hasil keturunannya? Apakah kalau sampai punya anak nanti, anaknya akan cacat?
3. Bagaimana kalau aku menikah dengan saudara dari mama, tepatnya anak kakak mamaku?
4. Sejauh ini, yang aku tahu, perkawinan yang masih mempunyai hubungan darah atau keluarga selalu menghasilkan anak cacat. Itu 100% benar atau tidak, ya dok?
5. Apakah hanya anak pertama yang cacat? Bagaimana dengan anak kedua dan seterusnya?

Saya mohon dok, tolong dijawab pertanyaan-pertanyaan di atas. Soalnya saya bingung, dan mas itu sepertinya putus asa karena istrinya meninggal sewaktu melahirkan anaknya. Jadi, bagaimana ya dok? Terima kasih atas jawaban dr Boyke.

Ari

Jakarta Utara

Jawab:

1. Kalau pertalian darah itu jauh (bukan saudara kandung atau sepupu) perkawinan diperbolehkan.
2. Pada perkawinan yang hubungan darahnya dekat, seringkali penyakit-penyakit yang diturunkan muncul (misal penyakit talasemia, hemophilia dan lain-lain).
3. Sebaiknya dihindari menikah dengan saudara yang hubungan darahnya dekat (masih saudara sepupu). Tapi jika "terpaksa", cobalah konsultasi dengan ahli genetika.
4. Tidak benar perkawinan yang masih mempunyai hubungan keluarga akan menghasilkan anak cacat. Biasanya jika perkawinan itu terpaksa

harus dilakukan, konseling genetika diperlukan, untuk menghindari kemungkinan-kemungkinan penyakit yang diturunkan.

5. Tidak selalu anak pertama hasil perkawinan yang masih mempunyai hubungan keluarga cacat. Kemungkinan anak cacat itu biasanya dilihat dari kemungkinan gen yang membawa penyakit keturunan bertemu, sehingga menghasilkan keturunan yang cacat.***

Burung Loyo

Kepada Yth Dokter Boyke,

Dok, saya pria berusia 43 tahun, baru saja menikah. Istri saya berusia 23 tahun. Jujur saja dok, saya adalah penderita diabetes. Seperti yang menimpa penderita diabetes lainnya, burung saya agak loyo. Pertanyaannya adalah bagaimana agar burung saya kembali kokoh secara alami? Untuk sementara, bagaimana cara memuaskan istri saya kendati burung saya agak loyo? Saya masih bisa punya anak atau tidak?

Sekalian nanya, bagaimana caranya menyambungkan emosional agar hubungan seks kami membara?

Budi

Pamulang, Tangerang

Jawab:

Pertama tentunya kadar gula darah Pak Budi harus dinormalkan dulu. Artinya Anda harus berobat ke dokter internist, baru masalah disfungsi ereksinya ditangani. Pada beberapa pasien jika kadar gula darah normal, kemampuan ereksinya kembali seperti semula.

Mungkin Anda musti minum obat anti disfungsi ereksi untuk meningkatkan kemampuan seksual. Saya berharap Anda meluangkan waktu ke dokter, bukan minum obat anti disfungsi ereksi membeli di pasar bebas. Anda masih bisa punya anak. Karena itu segera ke dokter untuk memperbaiki kualitas hubungan seks Anda, sekaligus kualitas sperma Anda. Terlebih bila kondisi rahim pasangan Anda sehat. Untuk menyambungkan emosi agar hubungan seks Anda membara tidak bisa dilakukan sendiri. Cobalah diskusikan dengan pasangan seperti apa posisi yang diinginkan, tempat/ suasana juga mempengaruhi. Buatlah tempat nyaman mungkin, gunakan wangi-wangian, hal itu bisa membuat seks semakin membara.

Cairan Sedikit

Pak Boyke yang terhormat,
Dok, saya pengantin baru. Saya ada sedikit masalah menyangkut hubungan seksual kami. Masalahnya adalah saat saya akan bercinta dengan istri, kadang-kadang cairan dia sangat banyak keluar, tapi kadang-kadang malah seret. Yang ingin saya tanyakan, bagaimana caranya cairan kemaluan istri cepat basah bila akan bercinta? Kadang-kadang saya pakai baby oil, apa ini bahaya dok? Lalu apakah baby oil juga dapat mempengaruhi kehamilan? Apakah baby oil juga bisa membunuh sperma saya dok?

Ahmadi,
Pecenongan, Jakarta Pusat

Jawab:

Coba rangsang titik rangsang pada istri (titik-titik erogen) seperti belakang telinga, leher, payudara, dan juga sekitar kemaluan (terutama klitoris). Lakukan secara santai dan penuh kasih. Situasi romantis seperti ini bisa mempengaruhi keinginan perempuan untuk melakukan hubungan seks, yang dampaknya akan mengeluarkan cairan. Bila terlihat cairan sudah mulai membasahi kemaluan istri, itu tandanya istri sudah mulai terangsang.

Tidak berbahaya menggunakan baby oil untuk membantu kelancaran, karena minimnya cairan istri yang keluar. Namun, hendaknya Pak Ahmadi melakukan usaha-usaha perangsangan terlebih dahulu. Bila usaha itu tidak berhasil, alternatif penggunaan baby oil bisa dilakukan. Penggunaan bayi oil tidak mengganggu vagina. Istri Anda masih bisa hamil. Namun, baby jangan dimasukkan ke dalam vagina, cukup ditaruh diluarnya saja. Lebih aman lagi menggunakan air ludah.

Meninggal Karena Seks

Pak Boyke yang baik,
Pak Boyke saya sering dengar ada orang meninggal saat berhubungan seks. Saya juga kebetulan penderita kelainan jantung, usia saya sekarang 45 tahun. Sementara istri saya 30 tahun. Saya jadi takut kalau tiba-tiba saya meninggal saat berhubungan seks dengan istri saya.

Mengapa jantung bisa mendadak berhenti saat berhubungan seks? Bagaimana cara mengatasinya? Sejauh mana pengaruh obat kuat pada kemungkinan serangan jantung? Bagaimana strategi bercinta agar seks mencapai puncak, tapi terhindar dari serangan jantung? Sebelumnya, saya ucapkan terima kasih.

Fikri Pasar Minggu, Jaksel

Jawab:

Biasanya orang yang sakit jantung meninggal saat berhubungan seks karena berhubungan seks bukan dengan istrinya. Karena beban jantung bertambah maka tingkat stress yang dialami terus meningkat (takut dosa). Selain itu, serangan jantung juga bisa terjadi karena penggunaan obat-obat kuat. Karena itu bagi penderita jantung jangan melakukan selingkuh bila tidak ingin menyesal nantinya. Hubungan seks pada penderita jantung bisa mencapai puncak, sangat tergantung pada parah tidaknya penyakit jantung yang diderita. Yang terpenting adalah lakukan seks itu pada isteri sendiri, perlahan-lahan saja, anggap saja seks itu suatu hiburan yang menyenangkan. Lakukan hal tersebut dengan rasa cinta. ***

Teknik dan Variasi

Dr Boyke yang baik,

Begini dok, saya laki-laki normal, berusia 37 tahun memiliki berat (64 Kg) dan tinggi ideal (168 Cm) sebagaimana laiknya pria Indonesia. Sementara kondisi istri saya (34) tergolong gemuk. Ketika berjalan, kami sering diibaratkan pasangan angka "10". Menurut dokter, dengan kondisi demikian, sebaiknya bagaimana hubungan seks yang ideal bagi saya dan istri saya? Apakah cara konvensional, istri di bawah dan suami di atas, merupakan cara yang ideal dan wajar? Bagaimana kalau saya menginginkan posisi lain yang lebih bervariasi?

Sejauh ini hubungan kami cukup harmonis dengan 2 anak yang lucu-lucu. Kehadiran anak-anak mampu melekatkan keharmonisan kami. Kami juga tak punya masalah dengan kehidupan seks kami. Setiap kali melakukan hubungan seks, kami biasanya sama-sama puas. Dengan kondisi kami, apakah mungkin bagi kami melakukan hubungan seks dengan teknik dan cara yang bervariasi?

Suranto A

Jelambar, Jakarta Barat

Jawab:

Istri yang gemuk bukan saja menyulitkan posisi hubungan seks tapi juga akan mengundang berbagai penyakit yang berbahaya (jantung, stroke, dan lain-lain). Paling baik sih, Anda meminta istri untuk melakukan diet agar lebih ramping lagi, dan lebih menarik lagi. Komunikasikan hal ini dengan bijaksana sehingga tidak menyinggung perasaannya.

Posisi dan variasi seks tetap masih dimungkinkan pada wanita yang gemuk. Pada dasarnya posisi wanita di bawah, atau posisi menungging (dig position) masih dapat dilakukan. Yang jelas, sebaiknya istri Anda lebih

pasif dan Anda yang lebih aktif. Selain posisi dan variasi, sebenarnya tempat atau lokasi melakukan hubungan seks pun dapat divariasikan, misalnya di karpet, di kamar mandi dan di tempat lainnya. Wewangian dan cahaya, semua dapat diubah-ubah sehingga menimbulkan suasana yang baru. Jadi, teknik dan posisi hubungan seks, hanyalah merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan kualitas hubungan seks, diperlukan kreativitas dan inovasi dari suami istri untuk mengatasi kejenuhan saat melakukan hubungan seks.

Gairah Meluap-luap

Yth dr Boyke,

Saya merasa, dalam usia 36 tahun sekarang ini, gairah seks saya meluap-luap. Padahal sebelum-sebelumnya tidak demikian. Cukup sekali atau dua kali setiap melakukan making love, itu sudah cukup. Namun sekarang, saya menginginkan lebih, sementara suami saya (43 tahun) mungkin karena kecapean akibat kesibukannya di kantor, terbiasa melakukan hubungan seks 1-2 kali setiap berhubungan badan.

Dengan anak tiga orang (1 laki-laki, 2 perempuan), saya dan suami memutuskan cukup dan tidak ingin menambah anak lagi. Maka, sejak tahun lalu, saya menjalani KB suntik. Dan, kami kini merasa bebas berhubungan badan kapan saja. Masalahnya, mengapa gairah seks saya meluap-luap? Apakah ada kelainan pada diri saya? Bagaimana mengajak suami agar mau berhubungan lebih dari 1-2 kali setiap melakukan hubungan badan? Terus terang, dok, saya jadi sering pusing. Apakah hal ini terkait dengan hubungan seks kami yang kurang akibat gairah meluap-luap yang tak terlampiaskan?

Nita Anggraeni, Pondok Kelapa, Jakarta Timur

Jawab:

Penggunaan alat kontrasepsi KB dapat membebaskan kekhawatiran wanita untuk hamil. Perasaan nyaman saat melakukan hubungan seks, karena tidak mungkin hamil dapat menimbulkan gairah seks. Di samping itu, usia 36 tahun pada wanita, adalah saat gairah seks sedang pada puncaknya, sehingga tidak heran kombinasi ke-2 hal tersebut dapat memicu gairah seks Anda. Sebaliknya kesibukan dan kelelahan suami dalam bekerja terutama jika ditambah stress dalam pekerjaan dapat menurunkan gairah seks pria. Akibatnya, gairah seks istri yang tinggi tidak diimbangi oleh gairah seks suami yang mulai menurun, timbullah perasaan "bersalah" dari isteri, "jangan-jangan saya tidak menarik lagi!" Apalagi, efek samping 'KB suntik' biasanya adalah kegemukan, sehingga wanita sering merasa dirinya tidak menarik karena gemuk. Untuk mengatasi "rasa bersalah" tersebut maka isteri mencoba untuk lebih sering melakukan hubungan seks

dan jika tidak terlaksana menimbulkan rasa cemas (biasanya ditandai dengan sakit kepala, uring-uringan dan sebagainya). Untuk itu, cobalah komunikasikan hal ini dengan suami. Ajaklah suami untuk lebih mengerti kondisi Anda. Buatlah waktu luang bersama-sama, bukan hanya hubungan seks saja, tetapi waktu luang untuk saling berkomunikasi dan mengekspresikan keinginan masing-masing. Ok.***

Obat Kuat

Kepada yang terhormat Dokter Boyke,
Saya selalu menyempatkan untuk membaca rubrik konsultasi seks Dokter Boyke di Suara Karya Minggu. Apakah obat kuat yang banyak dijual di toko obat maupun jalan-jalan bisa mempengaruhi orang berhubungan seks ? Saya pernah mencoba pakai obat kuat dari China. Hasilnya, malah membuat jantung saya berdegup kencang ketika menghadapi pasangan saya. Obat kuat lainnya pernah saya coba, tetapi tidak memberi pengaruh apa-apa.
Saya memang tidak punya kelainan seks. Tapi hanya ingin coba-coba. Apakah baik mengonsumsi obat kuat sebelum berhubungan ? Apakah minuman ginseng, seperti Kuku Bima dan lain-lain memang baik diminum sebelum melakukan hubungan badan ? Terimakasih
Supriyo, Bintaro Tangerang

Jawab:

Obat kuat atau yang dikenal dengan sebutan afrodisiak biasanya mengandung kafein dan vitamin untuk membuat tubuh menjadi lebih bugar. Beberapa obat kuat juga mengandung akar tumbuh-tumbuhan/kulit tumbuh-tumbuhan (misalnya ginseng) yang dapat melancarkan sirkulasi darah. Afrodisiak yang mengandung kafein dapat membuat jantung menjadi berdebar-debar.
Sebenarnya tidak perlu mengonsumsi obat kuat agar seks hebat, karena dengan pola hidup sehat dan menjaga kebugaran tubuh, kemampuan seks akan tetap terjaga dengan baik. Apalagi jika Anda sendiri tidak mengalami gangguan seks. Kebiasaan mengonsumsi obat kuat sebelum berhubungan seks dapat menimbulkan ketergantungan dan rasa kurang percaya diri jika tidak menggunakan obat tersebut.

Keputihan Berulang

Dear dr Boyke...

Saya perempuan berumur 22 thn dan sudah menikah selama 1 tahun.

Waktu kami masih bertunangan, saya pernah dikuret kemudian memakai alat kontrasepsi spiral selama 1 tahun. Sekarang saya sudah tidak lagi pakai spiral karena sering infeksi dan menyebabkan keputihan. Sampai sekarang ini saya sering keputihan, pernah kondisinya sampai berbau tak sedap. Kata dokter kandungan itu karena infeksi. Setelah berobat dan sembuh, kenapa keputihan itu muncul meski tidak sampai berbau, sedikit dan tidak gatal. Saya sudah mencoba berbagai macam obat, tetapi kok tidak kunjung sembuh. Pertanyaannya, kenapa saya sering keputihan, meski tidak berbau busuk -- persis bau bawang merah-- tidak gatal, banyak dan berwarna kuning? Sudah hampir 2 tahun ini, saya terus keputihan, hingga rasanya capek karena harus bolak balik ke dokter. Dengan kondisi ini, apakah saya masih bisa punya anak? Keluhan lainnya adalah rahim sebelah kiri saya sering sakit, hingga terasa pegal sampai kaki, ada apa ya dok? Saya harus bagaimana, apakah dengan pemeriksaan dalam melalui pap smear segala sesuatu dapat diketahui dengan jelas atau tetap membutuhkan tes laboratorium?

Resti, Tanjung Priuk, Jakut

Jawab:

Keputihan merupakan hal yang alami (bukan penyakit), biasanya tidak berwarna, tidak gatal dan tidak bau, khususnya terjadi pada perempuan yang dalam keadaan subur (pertengahan siklus haid), wanita terangsang dan sedang hamil.

Namun, keputihan patologis yang disebabkan oleh penyakit terjadi karena kelainan organ reproduksi (myoma dan erosi) atau infeksi (penyakit kelamin dan jamur), alergi dan adanya benda asing (spiral). Coba konsultasikan masalah ini ke dokter kandungan, karena yang ibu alami merupakan keputihan penyakit dan harus diobati sesuai dengan penyebabnya. Jika keputihan sudah sembuh, masih mungkin punya anak. Penyakit ibu kemungkinan ada infeksi di saluran telur (adnexitis).

Hubungan Seks Berdarah

Yang terhormat dokter Boyke,

Saya punya masalah dengan istri. Saat ini kami punya satu orang anak berusia 1 tahun 2 bulan. Yang saya tanyakan adalah setiap kami berhubungan badan, istri selalu mengeluarkan darah seperti kami dulu pertama kali melakukan hubungan badan setelah menikah. Saat ini istri saya memakai alat kontrasepsi pil. Apakah kondisi itu bisa membahayakan kesehatan, baik istri maupun saya sendiri?

Firmansyah, Buah Batu, Bandung

Jawab:

Adanya darah setelah berhubungan seks harus diwaspadai, karena dapat merupakan salah satu tanda adanya kelainan pada mulut rahim. Kemungkinan yang paling berbahaya adalah kanker mulut rahim. Adanya erosi (luka) pada mulut rahim, polip pada mulut rahim juga dapat menjadi penyebab perdarahan setelah senggama. Selain itu ada kemungkinan istri mengalami infeksi pada vagina (vaginitis) yang membuat dinding vagina tipis atau pun cervicitis (mulut rahim terinfeksi) sehingga menimbulkan pendarahan setelah senggama. Saran saya, jangan anggap enteng penyakit yang diderita isteri. Segeralah berobat ke dokter kandungan.

Jari-jari Hiperseks

Dokter, saya seorang janda berusia 37 tahun. Baru-baru ini saya menikah lagi dengan pria kesayangan yang usianya sudah 46 tahun. Saya telah hidup menyendiri selama 5 tahun dan suami menduda lebih dari 6 tahun. Sejak menikah hingga kini kami selalu melewatkan hari-hari bulan madu dengan permainan seks. Dalam sehari, jika saya dan suami tidak bekerja, kami bisa melakukan hubungan seks dua hingga tiga kali. Saya benar-benar mendapatkan kepuasan seks bersama suami saya yang baru ini. Tetapi dok, belakangan ini gaya seks suami saya agak aneh. Saya mengatakan demikian, antara lain karena suami selalu minta kami melakukan "pemanasan" dulu sebelum berhubungan badan. Nah gaya "pemanasan" itu yang menurut saya aneh sekali. Soalnya, suami selalu ingin menciumi vagina saya. Tidak cuma itu, suami juga menjilati bibir vagina saya. Bahkan saya merasakan ada jari-jari suami yang dimasukkan ke vagina saya. Lebih anehnya lagi dok, setelah memasukkan jari-jarinya ke vagina saya, jari-jari itu diisap suami sembari membisiki bahwa cara itu bisa membuatnya merasa supernikmat dari "pemanasan". Saya juga ingin minta penjelasan dokter, apakah cara "pemanasan" yang dilakukan suami itu masuk kategori hiperseks? Saya juga sering memenuhi permintaan suami agar saya mengulum penisnya. Dan saya selalu melakukan itu dengan penuh kasih sayang, sehingga ketika saya mengulum secara berlama-lama penis suami, suami saya nampaknya sangat menikmati. Sehatkah cara demikian itu pak dokter?
Tanty, Kompleks Garuda Bintaro
Jakarta Selatan

Jawab :

Suami anda bukan seorang hiperseks, tapi seorang pria yang menikmati seks dengan seni bercinta yang mengagumkan. Ia ingin setiap sentuhan,

ciuman, hisapan dinikmati sepenuhnya. Felasio (oral seks) yang anda lakukan terhadap suami tentu saja sangat dinikmatinya karena rongga mulut terdiri dari bibir, lidah, langit-langit, gigi yang memberikan sensasi bermacam pada penis suami. Cara tersebut digolongkan sehat karena pada dasarnya mulut dan alat kelamin adalah organ-organ intim yang dapat dijaga kebersihannya. Selama alat kelamin tersebut hanya digunakan oleh pasangan yang sah (suami/isteri) yang tidak berganti-ganti pasangan, organ-organ intim tersebut sehat. Selamat menikmati sensasi seks yang menyenangkan !

Payudara dan Selingkuh

Saya pembaca setia Harian Suara Karya. Senang sekali membaca rubrik konsultasi seks yang dokter asuh di harian kesayangan saya ini. Kini berkenankan saya ikut nimbrung mengajukan beberapa pertanyaan mengenai hasrat seksual saya. Sebagai seorang sekretaris di sebuah perusahaan jasa, hampir setiap hari saya mendapatkan mitra kerja yang umumnya pria beristri. Sedangkan saya belum bersuami, kendati usia saya sudah 35 tahun. Saya sering diajak bos ke luar kota, dan kami melakukan hubungan seksual berdasarkan suka sama suka. Yang jadi persoalan, akibat seringnya saya melakukan hubungan gelap dengan bos, ternyata kondisi badan saya, terutama bentuk payudara saya berubah. Tidak kencang lagi. Adakah obat atau cara yang bisa saya lakukan supaya bentuk payudara saya bisa kencang lagi?

Saya juga memiliki nafsu seksual yang tinggi. Akibatnya, jika bos tak ada, kebetulan ada bos lain yang mengajak saya "bobo bobo siang" di apartemen atau di hotel, kami pun melakukan hubungan seks berdasarkan suka sama suka. Adakah obat yang bisa saya konsumsi dan saya beli secara bebas di toko obat, agar nafsu seksual saya bisa lebih terkontrol? Apakah akibat saya dikuret karena menggugurkan kandungan tahun lalu, dan kini akibat keseringan saya mengkonsumsi jamu anti hamil, saya masih bisa punya anak jika menikah lagi di suatu saat nanti? Seorang Sekretaris, di kawasan Sudirman, Jakarta.

Jawab:

Mengingat usia Anda yang sudah mencapai 35 tahun, proses penuaan akan terus berlangsung. Perempuan usia 35 tahun, hormon-hormon kewanitaan mulai mengalami penurunan, sehingga kekencangan payudara juga berkurang. Krim-krim pengencang payudara tidak akan banyak menolong. Senam dada yaitu mengencangkan otot dada seperti mengangkat benda, dapat mengencangkan kembali payudara yang kendur. Saya sedih membaca perilaku seks Anda yang berganti-ganti pasangan, karena selain

akan meningkatkan risiko terserang kanker mulut rahim, juga meningkatnya risiko terjangkit penyakit kelamin. Apalagi saat ini di Indonesia penyakit HIV & AIDS yang belum dapat disembuhkan itu sangat tinggi peningkatannya. Saran saya, segera menikahlah agar Anda terhindar dari hidup bebas dengan penuh risiko. Tindakan kuretase, minum jamu peluntur (jamu anti hamil) tentu saja dapat merusak organ-organ reproduksi anda sehingga menjadi sulit hamil kelak.***

Ingin Puas Bersama

Dr Boyke yang terhormat,
Satu hal yang paling saya sukai dari perilaku pasangan saya (suami) ketika berhubungan intim adalah suami saya suka sekali menjilati bagian leher. Dengan begitu, biasanya saya cepat sekali terangsang. Apalagi, kalau tangan suami mulai usil ke sana dan ke mari, saya seringkali merasa kelenjotan. Masalahnya, dalam kondisi demikian, suami saya seringkali kurang tanggap. Ada kesan suami saya sering terlalu mengulur-ulur waktu. Padahal, saya inginnya, kalau sudah demikian, suami langsung masuk ke "permasalahan utama". Akibatnya, saya seringkali orgasme, mencapai kepuasan duluan. Sementara suami kelihatan masih tenang-tenang saja. Ketika suami mulai bernafsu dan memburu mencapai kepuasan, saya telanjur kelelahan.

Dokter Boyke, apakah saya punya kelainan, terlalu cepat terangsang? Bagaimana cara meminta suami, agar ketika melakukan hubungan seks, kami dapat mencapai kepuasan bersama-sama?

Suci Arifin, Jembatan Lima, Jakarta Barat

Jawab:

Fore play (permainan pendahuluan) dengan menjilati dan mencium leher merupakan hal yang wajar karena leher merupakan titik erogen (daerah yang peka rangsang). Pada beberapa wanita yang mudah terangsang, rangsangan titik-titik tersebut sudah dapat membuat orgasme tanpa harus melakukan proses senggama. Lamanya fore play biasanya sekitar 15 menit, jika dilakukan lebih dari 15 menit bukan mengulur-ngulur waktu, namun memberikan kesempatan agar seluruh titik erogen mendapat rangsangan yang cukup.

Tidak perlu cemas jika anda mencapai orgasme terlebih dahulu, karena hal tersebut merupakan hal yang normal.

Memang, beberapa pasangan menginginkan orgasme dicapai secara bersama sehingga seks mencapai lebih "indah".

Mungkin kalau Anda menginginkan hal itu, Anda bisa memberi isyarat bahwa Anda sudah hampir mencapai

orgasme, sehingga suami dapat segera melakukan penetrasi penis. Melalui suatu komunikasi yang baik tanpa perasaan malu, Anda bisa memintanya pada suami, sehingga Anda dapat mencapai kepuasan bersama. Saya yakin suami pun akan dengan senang melakukannya, bukankah seks bertujuan untuk kepuasan bersama?

Kepuasan Tak Terhingga

Dr Boyke,

Saya setuju sekali bahwa berhubungan seks adalah sesuatu yang menyenangkan. Celakanya, hal ini baru saya sadari akhir-akhir ini ketika suami saya melakukan perubahan-perubahan saat melakukan hubungan intim. Padahal, kami sudah hampir sepuluh tahun menikah dengan dua anak. Umur saya sekarang 31 tahun, dan suami (40 tahun). Sejauh ini kami melakukan hubungan seks sebagai hal yang rutin. Sebagaimana laiknya seorang istri, saya harus melayani suami, termasuk memenuhi kebutuhannya, melakukan hubungan seks. Memang sesekali saya merasa puas, namun tidak puas-puas amat seperti yang saya alami ketika berhubungan badan, akhir-akhir ini. Bermula ketika suami saya tiba-tiba membawa pulang gambar-gambar porno. Terus terang, ketika suami memperlihatkan gambar-gambar tersebut, saya menjadi jijik dan muak. Tak pelak, ketika suami mengajak untuk melakukan hal yang sama seperti di gambar porno, melakukan hubungan intim dengan berbagai gaya dan posisi, saya langsung menolaknya mentah-mentah. Namun dasar suami saya tergolong tipe orang yang pintar merayu, akhirnya permintaan suami, saya penuhi juga. Mulanya, saya merasa risih dan kaku, tetapi akhirnya saya merasakan enak juga. Bahkan saya cukup menikmati karena kepuasan-kepuasan tak terhingga yang kami alami setiap kali berhubungan seks.

Pertanyaan saya, apakah berhubungan seks dengan aneka gaya dan posisi dihalalkan? Masalahnya, selama ini saya punya anggapan bahwa berhubungan seks harus dilakukan secara santun.

Evie Zarkasi, Pejaten, Jakarta Selatan

Jawab:

Berbagai posisi dan variasi memang dibutuhkan dalam berhubungan seks, sehingga seks tidak menjadi suatu "kewajiban" atau "tugas rutin" belaka. Mencontoh berbagai posisi dan variasi dari gambar porno atau film biru boleh-boleh saja, selama dilakukan antara pasangan suami isteri yang sah. Melakukan posisi variasi memang dianjurkan oleh Islam, surat Al-Baqarah ayat 223,

menyatakan bahwa "Isterimu itu ladangmu, perlakukanlah ia sebagaimana engkau inginkan." Artinya, posisi dan variasi seks dianjurkan asal sesuai dengan norma agama (tidak melakukan seks anal atau seks saat haid). Bahwa seks itu harus santun boleh-boleh saja, tapi kalau dilakukan setiap melakukan hubungan seks, bukankah seks menjadi membosankan? Inisiatif suami untuk mulai bereksperimen dengan aneka posisi patut diacungi jempol. Paling tidak, Anda pun sudah mulai merasakan kepuasan-kepuasan yang tak terhingga tadi. Ok.***

Ejakulasi Dini

Pak Dr Boyke,

Sejak beberapa bulan terakhir ini saya menderita ejakulasi dini. Jika kami melakukan hubungan badan, baru beberapa menit saja saya sudah orgasme padahal istri belum apa-apa. Karena itu istri pun sering marah-marah dan sakit kepala. Saya sendiri jadi malu. Perlu dokter ketahui setiap hari saya bekerja keras di lapangan. Pergi pagi dengan menggunakan motor dan kembali ke rumah larut malam dan badan sangat lelah. Beberapa rekan menyarankan saya agar mengkonsumsi makanan bergizi dan suplemen khusus pria yang bisa menambah nafsu seksual, terutama pada ketahanan saat berhubungan badan dengan istri. Apa yang sebaiknya saya lakukan agar saya bisa kembali menjalankan fungsi sebagai suami kebanggaan istri?

Suryono, Jatiwaringin, Jaktim

Jawab:

Perilaku isteri yang sering marah-marah karena hasrat seksualnya tidak terpuaskan dapat dimaklumi. Namun sikap seperti itu sering kali makin memperburuk situasi dan suami biasanya akan menjadi ejakulasi dini akibat stress dan rasa malu saat bersenggama. Membedakan tubuh, makan makanan bergizi, mengelola stress dengan baik merupakan upaya untuk memperbaiki ejakulasi dini. Namun pengertian isteri sangat dibutuhkan, khususnya untuk meningkatkan rasa percaya diri suami saat bersenggama. Cobalah melakukan seks tanpa dihantui rasa cemas, lebih relax, anggap seks suatu permainan, lakukan latihan kegel (membuka dan mengatupkan dubur) sesering mungkin. Dengan mencoba teknik dan variasi-variasi akan membuat Anda tidak terlalu cepat ejakulasi. Jika hal itu tidak membantu, hubungi dokter untuk memberi obat-obat yang dapat membantu menahan ejakulasi

Istri Selingkuh

Dr Boyke Yang Terhormat,

Saya Sudirman berusia 35 tahun dan sekarang bekerja sebagai konsultan di sebuah lembaga pendidikan tinggi swasta di Jakarta. Pekerjaan saya memungkinkan untuk berhadapan langsung dengan banyak orang setiap harinya, terutama sekali para mahasiswi yang cantik-cantik. Saya punya permasalahan seks. Sejak beberapa tahun terakhir ini saya senang membayangkan istri saya berselingkuh dengan pimpinannya. Dengan jalan begitu, saya kemudian melakukan onani dan membayangkan betapa pria selingkuhannya menggauli istri dengan semangat. Terkadang saya juga membayangkan betapa senangnya bisa menggauli mahasiswi-mahasiswi yang saya temui. Dengan jalan begitu saya bisa mendapatkan kepuasan, kemudian lelap tidur.

Sebaliknya, jika melakukan hubungan seks secara normal dengan istri, saya tidak bisa menikmatinya lagi. Istri bahkan pernah marah karena kelamin saya tidak berfungsi secara normal, meski sudah diupayakan dengan berbagai cara. Hal itu saya rasakan setelah saya menampung banyak informasi dari teman bahwa istri saya "ada main" dengan pimpinannya. Mereka sering ke luar kota saat saya juga sedang tugas ke daerah. Apa yang harus saya lakukan agar seks saya bisa normal kembali

Sudirman, Jl Merdeka, Tangerang

Jawab:

Berfantasi seks yang menyimpang dengan membayangkan isteri selingkuh dengan orang lain atau berfantasi menggauli mahasiswi-mahasiswi yang Anda temui menunjukkan bahwa kehidupan seks Anda dengan isteri tidak memuaskan. Fantasi seks sering kali merupakan katup pengaman jika pasangan suami isteri mempunyai masalah dalam kehidupan seksualnya. Harga diri Anda terasa jatuh saat mengalami disfungsi ereksi yang menimbulkan kemarahan isteri.

Kabar tidak jelas mengenai perilaku isteri yang sering "keluar" bersama bossnya mengakibatkan pikiran Anda semakin kacau dan sebagai "balasan" nya Anda pun seolah-olah menggauli mahasiswi-mahasiswi cantik di kampus.

Saran saya, cobalah komunikasikan gosip tentang isteri Anda langsung pada isteri, lalu obati disfungsi ereksi yang Anda alami dengan pergi dokter ahli. Mudah-mudahan kedua tindakan ini membuat kehidupan seks Anda "normal" kembali.

Seks Dubur

Dokter Boyke Yang Terhormat,

Saya ibu rumahtangga yang baru melahirkan setahun lalu. Sejak melahirkan suami sering mengeluh masalah pelayanan seks saya. Suami mengaku tidak bisa mendapatkan kenikmatan lagi seperti ketika saya belum melahirkan. Anehnya, suami malah minta saya melayani kebutuhan seksualnya dengan cara menyimpang, yaitu tidak lagi menggunakan vagina, tetapi dubur. Terus terang saya tersiksa diperlakukan demikian, sebaliknya suami malah sangat menikmatinya. Apakah cara berhubungan badan seperti itu tidak berbahaya? Apakah cara itu tidak mengganggu organ dubur saya nantinya? Saya sangat khawatir mengingat sudah sekitar setahun terakhir ini suami hanya mau berhubungan badan dengan saya seperti itu.

Ferina Zubair Cibinong, Bogor

Jawab:

Melakukan seks melalui dubur dapat menularkan berbagai penyakit, khususnya hepatitis C dan penyakit lainnya. Karena dubur tidak setebal dinding vagina yang memang dipersiapkan untuk bersenggama. Banyaknya pembuluh darah di sekitar dubur serta dinding yang lebih tipis --karena merupakan perpanjangan usus besar-- memudahkan kulit dubur robek dan menimbulkan perdarahan hebat. Cobalah untuk melakukan senam kegel atau senam seks sehingga otot-otot vagina anda menjadi lebih ketat dan kencang melebihi kekencangan otot dubur anda. Saya kira suami akan kembali menyukai hubungan seks melalui vagina.***

Operasi Selaput Dara

Dr Boyke yang terhormat,

Saya seorang karyawan swasta yang sebentar lagi akan menikah. Namun, belakangan ini saya dihantui rasa ketakutan kalau calon suami nanti akan menyesal bila menikahi saya, karena saya sebenarnya sudah tidak perawan lagi. Dulu, sewaktu pacaran yang pertama kali, saya memang pernah khilaf melakukan hubungan seksual dengan pacar saya. Ketakutan saya, jika suami nanti kecewa menyadari saya tidak perawan lagi dia akan meninggalkan saya. Padahal saat ini usia saya sudah 32 tahun. Menurut Dokter apakah kondisi saya yang sudah tidak perawan lagi bisa disempurnakan melalui operasi? Saya sering mendengar informasi dari beberapa teman bahwa kondisi seperti yang saya alami bisa ditolong. Kalau

saja informasi itu benar, di rumah sakit manakah atau ke dokter siapa saya dapat menghubunginya?
Mohon Dr Boyke berkenan membantu saya. Atas bantuannya saya ucapkan terima kasih.
RS, Jakarta Timur

Jawab:

Operasi selaput dara (himenoplasti) merupakan suatu tindakan untuk merapikan kembali selaput dara yang robek. Biasanya dibuat luka baru dan dijahit kembali. Tindakan tersebut biasanya dengan menggunakan obat bius lokal saja dan biasanya pasien tidak perlu menginap. Masalahnya adalah tindakan ini biasanya dilakukan untuk kasus-kasus robeknya selaput dara akibat perkosaan ataupun kecelakaan, sehingga untuk dilakukan tindakan himenoplasti diperlukan kehadiran orangtua, sekaligus izin untuk melakukan tindakan.

Sebenarnya calon suami anda harusnya bisa mengerti bahwa bisa saja akibat ketidaktahuan seorang wanita melakukan kekhilafan seperti yang anda alami. Toh banyak pula pria yang sudah tidak perjaka saat menikah. Untuk informasi tentang operasi selaput dara, coba hubungi klinik-klinik kandungan yang ada di Jakarta.

Khitan dan Penis Kecil

Dr Boyke yang terhormat,
Saya seorang WNA dari Batam yang sebentar lagi akan menikah dengan seorang wanita yang pernah bersuami. Melalui Dr Boyke saya mohon bantuan nasihat atau petunjuk menyangkut permasalahan saya sebagai berikut:

Berdasarkan kesepakatan dengan keluarga calon istri saya, sebelum melangsungkan pernikahan saya harus dikhitan dulu. Adakah risiko bagi saya sekiranya saya tidak mau dikhitan dan apa pula manfaatnya bagi saya jika dikhitan?

Perlu Dr Boyke ketahui kalau saya akhirnya menolak dikhitan itu semata-mata karena rasa malu, mengingat usia saya sudah 33 tahun, sedangkan yang saya ketahui umumnya pria Indonesia dikhitan di usia anak-anak. Menurut cerita rekan-rekan saya, pria WNI jika ukuran penisnya kecil kelak tidak bisa membahagiakan istrinya. Padahal saya ingin sekali membahagiakan istri saya, namun ukuran penis saya tergolong kecil. Jika sedang kajung (berdiri/tegak) ukuran maksimal hanya sekitar 10 cm. Menurut Dr Boyke apakah bentuk ukuran penis salah satu kunci membahagiakan istri? Adakah alat yang bisa menolong saya membesarkan dan memanjangkan bentuk dan ukuran penis saya? Atas bantuan Dr Boyke saya ucapkan terima kasih. Jle di Batam

Jawab:

Khitan sebenarnya bertujuan untuk kebersihan penis. Dengan dikhitan smegma yang terkumpul di kepala penis akan hilang dan tentunya akan menjadi lebih bersih. Khitan sendiri dapat menurunkan risiko terjadinya kanker penis dan menurunkan risiko tempat smegma sebagai sumber penyakit menular seksual.

Ukuran penis tidak menentukan kepuasan seks, karena letak G-Spot, yaitu pusat orgasme wanita pada 1/3 bagian atas vagina, sehingga penis dengan ukuran kurang dari 10 cm dapat mencapainya. Lagi pula keharmonisan perkawinan tidak ditentukan oleh seks semata, faktor komunikasi, toleransi dan pemanfaatan waktu luang bersama pasangan itu lebih penting.

Premarital Check-Up

Dokter Boyke yang terhormat,

Saya karyawan di sebuah bank swasta. Sebentar lagi akan melangsungkan pernikahan dengan pacar saya, seorang duda bule dari Los Angeles, Amerika Serikat. Pertanyaan saya, mengapa setiap pasangan yang akan menuju jenjang perkawinan sangat dianjurkan memeriksakan kesehatannya ke dokter? Padahal saya sehat, calon suami saya juga begitu. Keluarga kami juga menganjurkan kami memeriksakan kesehatan ke dokter. Jika kami memenuhi anjuran tersebut, apa saja yang akan diperiksa dokter? Apakah soal keperawanan? Terus terang saya memang pernah melakukan hubungan badan dengan pacar pertama saya dulu. Dan hal itu sudah pernah saya kemukakan dengan calon suami bule ini. Ternyata calon suami mengaku senang dengan kejujuran itu. Dia mengatakan ingin menjadi suami saya, bukan didasari soal keperawanan atau bukan, tapi lebih karena ingin beristrikan wanita Indonesia. Suami saya juga menyatakan sehat dan tidak mengidap penyakit menular. Saya jadi penasaran, jangan-jangan anjuran pemeriksaan kesehatan bagi calon pasangan pengganti hanyalah jembatan mengisi kantong-kantong pungli di lembaga yang menangani urusan itu.

Rina Ismayantibr> Balikpapan, Kaltim

Jawab:

Premarital check up memang dianjurkan bagi setiap pasangan yang akan menikah. Bukan selaput dara yang diperiksa, melainkan penyakit yang kemungkinan ditularkan atau diturunkan. Apalagi bila suami Anda seorang "bule". Beberapa penyakit kelamin yang berbahaya, terutama HIV, clamidia, HSV II akan diperiksa melalui laboratorium, karena di samping

dapat menular terhadap pasangan juga dapat menimbulkan kecacatan pada janin, jika pasangan wanita tersebut hamil. Apalagi jika Anda tertular HIV/AIDS yang hingga saat ini belum ada obatnya dan mematikan. Pemeriksaan premarital biasanya meliputi pemeriksaan kesehatan secara umum ditambah dengan kesehatan reproduksi. Masing-masing rumah sakit biasanya memberikan pilihan dari paket yang sederhana sampai yang lengkap. Jangan berpikir negatif tentang premarital check up, karena itu untuk keperluan pasangan yang akan menikah, sehingga kalau pun hasilnya kurang memuaskan, dokter memberikan pilihan solusi yang terbaik. ***

Eksperimen Seks

Yth dr Boyke

Sebagai seorang suami yang telah membina rumah tangga selama 10 tahun dengan dua anak, akhir-akhir ini saya senang sekali melakukan eksperimen dalam bersenggama. Terakhir, saya menyukai sekali berhubungan seks dengan posisi berdiri. Dengan begitu, saya merasa lebih nyaman dan bisa mengendalikan diri hingga mampu bertahan lama. Masalahnya, istri saya justru lebih menyukai posisi duduk di atas (menelungkup). Karena, dengan posisi demikian, ia merasa bisa berperan aktif mengatur penetrasi di titik-titik sensitif vaginanya sesuai yang dikehendaki. Oleh sebab itu, setiap kali berhubungan seks, kami biasa menerapkan gaya bersenggama berdiri dan dengan posisi konvensional (istri di bawah saya di atas), atau sebaliknya, saya di bawah istri di atas.

Pertanyaan saya, apakah bersenggama dengan posisi berdiri itu normal? Bagaimana pula dengan aneka posisi lainnya, seperti yang pernah saya lihat di gambar-gambar porno?

Hanafi Rauf, Tanjung Priok, Jakarta Utara

Jawab: Hanafi Rauf di Tanjung Priok

Posisi dan variasi seks dilakukan oleh pasangan untuk mengatasi kejenuhan dan kebosanan dalam berhubungan seks. Posisi berdiri yang dilakukan oleh pasutri (pasangan suami istri) merupakan salah satu posisi yang normal. Biasanya memang pasangan pria lebih dapat menahan ejakulasinya.

Pada beberapa pria dengan wanita yang mungil, pria memangku si wanita dan posisi ini dikenal dengan posisi "monyet memanjat kelapa". Pada posisi istri di atas (female superior), istri lebih mudah mencapai orgasme

arena -- seperti pernah saya jelaskan -- titik G-spot (titik orgasme pada wanita) lebih mudah terangsang oleh penis.

Melakukan berbagai posisi seperti yang ada di film porno boleh saja, asal tidak mengganggu kesehatan dan norma-norma yang dianut seperti seks saat haid atau sex anal.

Sulit Orgasme

Dr Boyke sayang ...

Saya mungkin termasuk seorang istri yang kurang beruntung dalam kehidupan seks kami. Terus terang saja dok, saya jarang sekali mengalami kepuasan setiap kali melakukan senggama bersama suami. Ini karena sikap suami saya, yang entah karena egois atau memang ada kelainan, setiap kali melakukan hubungan seks, ia cepat sekali selesai.

Saya belum apa-apa, atau baru mulai "panas", suami sudah langsung "tancap gas" dan terkesan terburu-buru. Biasanya setelah puas, suami saya langsung tidur mendengkur. Tidak jarang, bahkan langsung membelakangi saya. Hal macam ini sudah berlangsung bertahun-tahun, dan biasanya saya hanya bisa tercenung melihat suami yang sudah terlelap. Akibatnya, saya sering melakukan onani.

Beruntung, saya cukup terhibur dengan kehadiran tiga anak perempuan yang cantik-cantik. Kehadiran mereka membuat saya tetap mencintai suami saya. Namun kalau mengingat kehidupan seks kami, saya jadi sedih dan sering uring-uringan sendiri.

Bagaimana ini dok? Sebenarnya saya ingin sekali berkomunikasi dengan suami, tapi saya malu dan takut menyinggung perasaannya. Bukankah seorang istri tak pantas menuntut, apalagi menuntut soal yang "satu" itu? Memang, sejauh ini kami hidup berkecukupan karena suami termasuk orang yang terpendang dan sukses dalam karier di sebuah perusahaan BUMN dengan jabatan cukup tinggi pula.

Mariana S, Cililitan, Jakarta Timur

Jawab:

Mariana di Cililitan, Etika berhubungan seks yang hanya mementingkan diri sendiri dapat mengurangi kualitas hubungan seks dan keharmonisan. Seharusnya, baik suami maupun istri dapat saling memberikan rangsangan seksual yang cukup sehingga pasangan puas. Seorang wanita membutuhkan waktu orgasme lebih lama dibanding pria. Oleh sebab itu, rangsangan-rangsangan pada daerah erogen (peka rangsang) harus

diberikan sampai istri menjelang orgasme. Pada saat itu barulah tepat dilakukan penetrasi penis, sehingga orgasme dan ejakulasi dapat dicapai bersama-sama. Setelah dicapai orgasme, suami istri masih tetap melanjutkan rangsangan dan saling memeluk, saling mengucapkan terima kasih atas kenikmatan yang diberikan. Itulah etika seksual yang umum dilakukan. Sebenarnya untuk mengkomunikasikan masalah seks pada suami, mudah saja selama suami dapat berpikiran bahwa hubungan seksual bertujuan untuk kepuasan bersama. Tak perlu takut, sampaikan saja pada saat yang tepat (di tempat tidur) dan cara yang tepat (dengan kata-kata yang lembut, tanpa menyalahkan). ***

Jumlah Sperma Kurang

Dokter Boyke,

Sejak menikah dua tahun lalu, kami belum juga dikarunia keturunan. Setelah berkonsultasi dengan dokter, istri saya dinyatakan normal dan sehat. Masalahnya ada pada saya, yaitu jumlah sperma dibawah rata-rata. Apa maksud informasi ini dok? Padahal, saya tidak punya punya penyakit berat seperti stroke atau jantung. Kalau melihat penampilan saya pun orang tidak akan menyangka saya memiliki sperma dibawah rata-rata, karena tubuh saya proporsional dan terlihat bugar? Mengapa sperma seseorang bisa di bawah rata-rata?

Bila kondisinya demikian, apa yang harus saya lakukan dok? Apakah ada cara yang cepat dan tepat untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas sperma? Apakah masalah ini bisa diatasi dengan makanan tertentu atau olahraga tertentu. Sampai jumlah berapa sperma bisa dikatakan diatas rata-rata itu. Bagaimana mengetahui kalau sperma saya telah meningkat? Bila kondisinya sudah diatas rata-rata, apa yang saya harus lakukan lagi agar istri saya cepat hamil. Terima kasih banyak atas informasinya.

Rudi Ismadi, Ciputat, Tangerang

Jawab:

Kemampuan sperma dalam membuahi sel telur agar terjadi kehamilan sangat tergantung pada jumlah dan kualitas sperma. Biasanya dokter akan menilai volume semen (normal 2-5 ml), jumlah sperma (minimal 20-40 juta/ml), gerakan sperma (minimal 60 persen harus mampu bergerak lurus dan cepat) serta bentuk sperma yang normal yang jumlahnya sekitar 80 persen.

Penyebab jumlah sperma yang kurang dapat disebabkan oleh karena kelelahan, tidur yang kurang, kegemukan ataupun kebiasaan merokok dan minum minuman keras, serta stress berkepanjangan. Adanya gangguan hormon testosteron, adanya varicocele (pembuluh darah vena di buah zakar),

infeksi (misalnya penyakit kelamin), kelainan khromosom dapat menjadi penyebab jumlah sperma yang kurang. Berolah raga teratur, makan makanan yang banyak mengandung zink (sea food, terong), vitamin E (tauge) dapat membantu meningkatkan jumlah sperma. Namun di samping mengalami kehidupan yang sehat, coba berkonsultasi dengan dokter spesialis andrologi agar dapat diketahui penyebabnya serta diobati sesuai dengan penyebabnya.

Untuk mengetahui sperma sudah bertambah jumlahnya biasanya setelah 3-6 bulan pengobatan dokter akan memeriksa ulang analisa sperma, dan dibandingkan hasilnya dengan sebelum pengobatan. Jika jumlah dan kualitas sperma sudah baik, selama tidak ada gangguan kesehatan reproduksi pada istri, biasanya mudah terjadi kehamilan.

Jakun dan Disfungsi Ereksi

Dokter Boyke yang terhormat

Kenalkan nama saya Aprianto, pria berusia 22 tahun. Dok saya punya masalah dengan jakun, yaitu tidak menonjol seperti teman-teman pria lainnya. Padahal, tubuh saya kurus. Dari info yang saya dengar dari teman-teman, pria yang jakunnya tidak nongol seperti saya, kemampuan seksnya tidak kuat. Katanya saya memiliki kecenderungan untuk menjadi seorang perempuan. Apakah info itu benar? Apa yang harus saya lakukan agar leher saya berjakun seperti pria kebanyakan. Sebenarnya apakah fungsi jakun itu? Apakah saya harus operasi untuk mendapatkan jakun? Treatment apa yang saya harus lakukan...dok? Dok, teman saya pernah mengeluh katanya ia akhir-akhir ini sering mengalami kesulitan dalam berhubungan seksual dengan istrinya. Apakah keluhan itu akibat stress yang dialaminya akibat beban kerjanya yang begitu banyak. Karena saya tidak mengerti tentang seks, saya katakan untuk rajin berolahraga untuk meningkatkan staminanya. Usaha itu katanya sudah dilakukan, tetapi kok tidak pengaruh ya? Apakah ada cara lain dok? Saya lihat wajahnya tidak lagi sumringah seperti dulu-dulu....

Aprianto ,Kebayoran Baru, Jakarta Selatan

Jawab:

Pertumbuhan jakun memang dikaitkan dengan adanya perkembangan seks sekunder pada pria, di samping perubahan suara, tumbuhnya rambut/kumis serta adanya mimpi basah pada saat pubertas.

Pertumbuhan jakun tidak dikaitkan dengan kemampuan seks. Yang jelas, jakun itu pasti tumbuh hanya mungkin tidak terlalu menonjol.

Seperti juga kumis tidak selalu setiap laki-laki tumbuhnya lebat.

Fungsi jakun sebenarnya hanya dikaitkan dengan tanda seks sekunder saja, tidak ada fungsi yang khusus. Jadi tidak perlu cemas, selama fungsi ereksi dan ejakulasi anda masih normal, semua akan berjalan baik-baik saja.

Mengenai temanmu itu, ia nampaknya mengalami disfungsi ereksi, di mana salah satu penyebabnya adalah stress dan kelelahan. Beban pekerjaan yang menumpuk selain mengakibatkan kelelahan, juga timbul stress yang berkepanjangan.

Apalagi jika di tambah dia tidak berolah raga, tubuhnya gemuk, mempunyai kebiasaan merokok dan minum minuman keras, maka semua faktor tersebut memperburuk kemampuan ereksinya. Anjuran anda agar ia berolah raga sudah tepat, karena tubuh yang bugar akan membuat seksnya menjadi bugar.

Namun, jika faktor stressnya tidak teratasi, tetap saja akan terjadi disfungsi ereksi. Saran saya, coba anjurkan ia untuk berkonsultasi dengan konsultan seks untuk diobati, karena selain stress, beberapa penyakit seperti gula (diabetes melitus), darah tinggi, kelainan pembuluh darah, kelainan syaraf dan gangguan hormon dapat pula menjadi penyebab disfungsi ereksi.***

Tips Kencangkan Otot Vagina

Dokter Boyke yang terhormat....

Dok, saya ibu rumah tangga dengan tiga anak yang masih kecil-kecil, masing-masing berusia 8 tahun, 6 tahun dan 4 tahun. Saya berbahagia sekali memiliki buah hati tersebut karena mereka lucu-lucu, menggemaskan, dan pandai berbicara. Kehadiran mereka menjadi teman yang tidak membosankan selama menunggu suami pulang kerja.

Tetapi satu hal yang kini mencemaskan saya adalah bentuk vagina saya sepertinya sudah tidak seksi lagi dan karenanya rasa sensasi ketika making love (ML) dengan suami jadi jauh berkurang. Saya susah mencapai orgasme.

Akhirnya saya jadi tak terlalu bersemangat beremesraan dengan suami. Saya malah merasa lebih asyik bersua dan bercanda dengan anak-anak.

Dok, apa yang harus saya lakukan agar bentuk vagina saya bisa seperti dulu lagi? Apakah saya harus melakukan operasi vagina agar "menciut" lagi? Adakah cara lain, tanpa perlu melakukan operasi?

Dok, saya sering mendengar iklan produk yang katanya bisa merapatkan vagina yang sudah kendor, apakah klaim itu benar? Apakah vagina akan semakin kendor bila kita tidak melakukan tindakan perbaikan? Apakah kasus yang saya alami ini biasa terjadi pada perempuan lain yang telah melahirkan 4 anak? Apakah usaha perbaikan ini tidak terlambat, mengingat usia saya sudah 39 tahun?

Ratna Wulandari by email

Jawab:

Iklan-iklan memperbaiki bentuk vagina melalui krim-krim

tidak dapat dibuktikan kebenarannya. Lebih baik mengikuti senam otot-otot panggul pada masa nifas dan setelah melahirkan. Hal tersebut telah terbukti dapat mengembalikan kekencangan otot vagina. Pada umumnya wanita yang melahirkan secara normal mengalami perubahan vaginanya. Jadi, hal ini merupakan hal yang umum saja. Sudah diteliti bahwa senam kegel dapat mengembalikan sensasi yang hilang setelah melahirkan.

Asap Rokok Hambat Kehamilan

Dokter Boyke....

Saya perempuan berusia 29 tahun. Dalam satu tahun terakhir ini, saya dilanda kecemasan karena tak kunjung hamil setelah 3 tahun usia perkawinan. Terus terang, saya memang perempuan karier dengan jabatan cukup tinggi di sebuah perusahaan dan juga perokok berat. Saya mulai merokok saat masih duduk di bangku kuliah dan makin parah hingga saat ini. Sehari saya bisa menghabiskan 3 bungkus rokok jenis mild.

Aktivitas seksual kami tidak ada masalah, bahkan boleh dibilang cukup "hot" karena kami melakukannya rata-rata 3 kali seminggu dengan kualitas hubungan yang luar biasa. Artinya, kami berdua sama-sama selalu bisa mencapai puncak.

Namun, sebagai pasangan suami istri, kami tentu juga ingin mempunyai keturunan. Apakah ketidaksuburan ini disebabkan oleh kebiasaan saya yang suka merokok? Atau, karena faktor suami yang juga suka merokok? Apakah saya harus benar-benar berhenti merokok atau cukup mengurangi saja? Apakah suami juga harus berhenti merokok? Kalau boleh tahu, zat apa sih yang terkandung dalam rokok, khususnya yang menyebabkan kemandulan? Selain berhenti merokok, apa yang harus saya lakukan agar saya bisa hamil? Apakah ada vitamin khusus untuk meningkatkan kesuburan saya maupun suami? Dari banyak pengalaman pasangan suami istri lainnya yang perokok, apakah berhenti merokok benar-benar bisa memperbaiki tingkat kesuburan seseorang?

Putri Ananda, Petukangan Utara, Jaksel

Jawab:

Sudah jelas tertulis dalam pernyataan bahaya merokok pada iklan maupun bungkus rokok bahwa rokok dapat menyebabkan kanker, impotensi dan kemandulan. Oleh karena itu jika ingin cepat hamil, baik suami maupun istri harus berhenti merokok. Suami yang merokok dapat menjadikan istrinya perokok pasif dan menimbulkan kesulitan hamil juga, bahkan jika wanita tersebut bisa hamil, janinnya dalam kandungan akan mengalami pertumbuhan yang terhambat. Zat-zat yang terkandung dalam rokok yang

membahayakan tubuh adalah nikotin, tar, gas CO dan ratusan zat berbahaya lainnya. Beberapa ahli bahkan mengumpamakan seorang perokok sama dengan bernafas dengan hidung ditaruh pada knalpot mobil yang dinyalakan. Selain berhenti merokok, mengonsumsi makanan bergizi, berolah raga, memanaj stres yang ada, dapat meningkatkan kesuburan suami dan istri.***

Cinta dan Keperawanan

Salam hangat untuk dokter Boyke...

Saya pria berusia 29 tahun. Dalam waktu 6 bulan lagi saya akan menikah.

Calon istri saya berniat melakukan pemeriksaan yang berhubungan dengan organ reproduksi. Apakah saya juga perlu melakukan hal yang sama? Kalau ya, pemeriksaan apa saja yang sebaiknya saya jalani?

Dok, boleh tanya yang agak "aneh" kan? Apakah keperawanan itu hanya bisa dibuktikan lewat darah yang keluar saat pertama kali berhubungan badan? Bila tidak ada darah, apakah ada ciri lain yang menandakan pasangan hidup saya itu masih perawan?

Kata sejumlah kawan, vagina yang masih seret itu menandakan perempuan bersangkutan masih perawan, benarkah? Tanpa bermaksud tak percaya dengan istri, saya hanya ingin tahu saja akan hal-hal yang akan saya hadapi tak lama lagi.

Terima kasih banyak, Dok...

Rudi Djamil, By Email

Jawab:

Merupakan hal yang positif bagi Anda dan calon istri untuk melakukan pre-marital check up. Pemeriksaan ini dapat mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan pada anak yang dilahirkan kelak ataupun pada kesehatan pasangan. Seorang calon suami yang menderita sifilis, selain menularkan penyakit tersebut pada pasangan juga dapat mengganggu janin di dalam kandungan pasangan. Janin yang dikandungnya kelak akan mengalami kecacatan atau keguguran. Biasanya check up meliputi pemeriksaan organ reproduksi dan laboratorium darah. Hanya 65% wanita mengalami pendarahan vagina pada senggama pertama, sedangkan 35%-nya tidak berdarah karena mungkin robeknya selaput dara pada tempat yang tidak ada pembuluh darahnya, atau karena memiliki selaput dara yang elastis. Ciri-ciri seseorang masih perawan hanya bisa dilihat dari selaput daranya oleh dokter.

Sebenarnya makna suatu perkawinan tak tergantung pada selaput dara, tetapi pada cinta Anda kepada pasangan calon istri atau sebaliknya. Kalau Anda memang cinta pada calon istri, Anda harus mau menerima pasangan Anda itu seperti apa adanya. Seret tidaknya vagina tidak menentukan seorang wanita masih perawan atau tidak. Ok, selamat melangsungkan

perkawinan.***

Seks Selama Hamil

Dokter Boyke yang baik,

Dok, istri saya positif hamil. Saya sangat bersyukur karena kami sudah menunggu sejak dua tahun lalu. Tapi masalahnya, saya ini termasuk orang yang keranjingan seks. Sejak menikah, kami selalu melakukan hubungan seks setiap hari, walau cuma sebentar. Usia istri saya sekarang 24 tahun, sedangkan saya 30 tahun. Istri saya sedang mengandung 2 bulan.

Kehamilan istri jelas kami sambut dengan bahagia karena kami akan memiliki momongan hasil buah cinta kasih di antara kami. Pertanyaannya, dok:

Bagaimana cara berhubungan seks yang aman agar kandungan istri saya tidak terganggu? Frekuensi berhubungan yang ideal selama istri saya hamil, berapa kali seminggu?

Apakah betul, saat kandungan berusia 8-9 bulan, aktivitas seks harus ditingkatkan? Pantangan apa yang tidak boleh dilanggar saat berhubungan agar kehamilan istri saya tidak terganggu?

Atas jawabannya, sebelumnya saya ucapkan terima kasih.

Buat Pak Dokter Boyke, sukses ya, Dok!

Irwan Hanafie

Petukangan Utara,

Jakarta Selatan

Jawab:

Sebenarnya seks selama kehamilan boleh-boleh saja, selama keadaan ibu dan janin sehat. Yang dapat menentukan janin dan ibu sehat adalah dokter atau bidan yang merawat selama ibu hamil. Posisi hubungan seks yang aman adalah wanita di atas (female superior) atau pria dari belakang (dog position). Seks yang sehat adalah 1-4 kali per minggu, baik pada wanita sedang hamil ataupun tidak.

Hubungan seks saat kandungan memasuki usia 8-9 bulan tidak perlu ditingkatkan. Melakukan 1-4 kali per minggu cukup sehat. Pantangan yang dilarang dalam hubungan seks selama hamil adalah berlaku terlalu kasar, misalnya, menggunakan alat bantu seks yang dimasukkan ke dalam vagina, dan lain-lain. Hal itu sebaiknya tidak dilakukan untuk menghindari luka infeksi pada liang vagina dan keguguran pada jabang bayi. Ok.***

Ujung Penis Terhalang

Dr Boyke yang baik

Saya seorang suami berusia 48 tahun. Dok, saya sedang mempunyai masalah saat buang air kecil, yaitu seperti ada yang menghalangi di ujung penis, sehingga terasa kurang tuntas. Akibatnya, saya harus mengejan sedikit agar air kencing yang tertahan di ujung penis bisa keluar. Selain itu, terkadang penis menjadi tegang serta urin seolah tertahan dan tidak memancar seperti biasanya. Setelah normal kembali, beberapa saat kemudian keluar cairan seperti air manis dan berwarna putih. Apakah penyebabnya? Terus terang dok, akibat penyakit saya ini, hubungan seks dengan istri jadi terganggu. Karena, setiap akan berhubungan badan, ada perasaan tidak nyaman. Tolonglah dok... bagaimana menyembuhkan penyakit saya? Prambudi Ananto
Kebayoran Baru, Jakarta Selatan

Jawab:

Adanya infeksi pada muara saluran penis (uretritis) sering kali menghalangi keluarnya air kencing atau sperma. Seperti diketahui, pada muara saluran kencing terdapat kelenjar-kelenjar yang berfungsi sebagai pelumas saat hubungan seks. Mungkin saja kelenjar-kelenjar tersebut bengkak akibat terinfeksi. Cobalah konsultasikan ke dokter urologi. Biasanya jika penyebabnya infeksi, pemberian antibiotik untuk jangka waktu tertentu dapat menolong. Komunikasikan hal tersebut juga pada istri, sehingga istri pun dapat mengetahui mengapa saat berhubungan seks, Anda merasa tidak nyaman. Kalau perlu, ajak dia ke dokter untuk menemani Anda.

Sulit Ejakulasi

Halo dokter Boyke.

Dok, saya duda yang baru menikah lagi setelah 2 tahun "kosong". Usia saya saat ini 42 tahun. Yang saya ingin tanyakan dok, saya jadi sering kesulitan untuk berejakulasi setelah melakukan hubungan seksual. Bahkan, hingga 30 menit setelah itu. Apakah saya normal dok? Apakah kesulitan ejakulasi yang saya alami itu berhubungan dengan masa menduda saya selama dua tahun itu? Karena, selama menduda itu, saya nyaris tidak pernah berhubungan seks dengan perempuan. Biasanya saya mengalihkan keinginan seksual dengan kesibukan bekerja dan berolahraga di malam hari. Karena, setelah berolahraga biasanya saya langsung tidur lelap hingga pagi. Kalaupun keinginan seksual itu tidak bisa dibendung lagi, saya biasanya melakukan onani. Apakah ada cara alami untuk mempercepat proses ejakulasi? Karena, bila kondisi ini berlanjut, kasihan sekali istri saya yang terlihat kelelahan tetapi saya belum "selesai".
Patria Halim Bumi Serpong Damai, Tangerang

Jawab:

Memang, ejakulasi sangat dipengaruhi oleh faktor fisik dan faktor psikis. Kebiasaan mengontrol ejakulasi saat menduda bisa saja menjadi penyebab. Namun, kurang cukupnya rangsangan atau adanya penyakit gula, minum obat-obatan tertentu dapat pula menjadi penyebab lainnya. Di samping itu, pada pria yang takut istrinya hamil atau tidak menyintai istri, ejakulasi menjadi terhambat. Saran saya, coba hubungi dokter urologi untuk mengetahui penyebabnya secara fisik. Jika semuanya normal, bukan tidak mungkin, faktor psikis-lah penyebabnya. Ok.

Variasi Seks ala Kamasutra

Halo Dokter Boyke yang terhormat, Dok, usia saya seorang pria berusia 40 tahun. Saya sudah berumah tangga selama 10 tahun. Selama berhubungan seks dengan istri, sudah berbagai gaya saya lakukan. Seperti pernah saya baca di rubrik konsultasi seks sebuah majalah wanita, konon, variasi gaya bercinta membuat hubungan seks menjadi luar biasa. Namun, saya masih belum menemukan posisi yang mampu memberikan kepuasan puncak. Pertanyaannya, posisi seperti apa yang memberikan kepuasan seks? Bagaimana caranya? Kepada Dokter Boyke, semoga terus sukses. Sebelumnya saya ucapkan terima kasih atas kebaikan mau menjawab pertanyaan saya.
Wardi Hendrawan Wisma Asri, Bekasi

Jawab:

Hasrat (gairah seksual) sangat tergantung pada beberapa faktor, antara lain komunikasi, kondisi fisik, kondisi emosi, rasa cinta, teknik dan variasi. Jika salah satu faktor tidak terpenuhi biasanya kepuasan seks yang diinginkan menjadi tidak optimal. Untuk itu, cobalah bangun komunikasi yang lebih intim, libatkan emosi saat bercinta dan tanyakan suasana seperti apa yang diinginkan pasangan agar seks lebih memuaskan. Pada dasarnya semua posisi dan variasi seks dapat memuaskan. Jadi, masalah kepuasan tergantung pada keinginan masing-masing pasangan dan hal tersebut bisa didiskusikan sebelum hubungan seks dimulai.

Untuk mendatangkan gairah seks agar lebih gayeng, Anda bisa melihat film Kamasutra atau buku-buku pendidikan seks, seperti *The Perfumed Garden*. Dari menonton film atau membaca buku-buku seks macam ini, daya imajinasi saat berhubungan badan akan tumbuh. Bila daya imajinasi melambung, maka gairah seks pun akan meluap-luap. Keinginan untuk mencapai puncak kenikmatan saat bersenggama, terbuka lebar. Ini akan membantu pasangan (kedua belah pihak) untuk mencapai kepuasan yang tak terkira.***

Menyoal Oral Seks

Buat Pak Boyke,

Saya seorang pengantin baru berusia 22 tahun. Saya bersyukur punya suami yang memiliki hasrat seks tinggi. Sebab itulah, setiap kali melakukan hubungan seks, saya sering mencapai puncak. Tapi belakangan ini, perilaku seksual suami saya yang berusia 24 tahun, agak aneh. Dia sering meminta saya melakukan oral seks. Sebelumnya, kalau sudah begitu, pasti lama. Sampai saya pegel dan merasa jijik, dia tidak juga mencapai puncak. Dia baru mencapai puncak kalau sudah melakukan hubungan badan. Jadi dok, apakah permintaan beroral seks itu normal? Bagaimana agar dia bisa cepet puas saat beroral seks?

Lalu bagaimana caranya? Apakah oral seks itu sehat?

Sumiyati A, Cileunyi, Bandung

Jawab:

Oral seks merupakan hal yang lazim dilakukan oleh pasangan suami isteri, meski beberapa kalangan menganggap kegiatan tersebut melanggar norma moral. Sebenarnya teknik dan cara oral seks sendiri bermacam-macam, dan biasanya agar cepat ejakulasi, selain lewat mulut, bisa juga dibantu melalui rangsangan tangan. Tidak ada cara khusus dalam beroral seks. Sebenarnya saat masuk ke dalam mulut pun penis sudah menerima

berbagai rangsangan seperti dari lidah, gusi, kerongkongan, bibir dan lain-lain, yang memberikan sensasi yang bermacam-macam pula pada penis. Meski secara medis kegiatan oral seks itu sehat, selama pasangan tidak terkena penyakit menular seksual, tetapi sebaiknya dihindari. Apalagi, kalau kegiatan tersebut tidak menyenangkan salah satu pihak karena merasa jijik dan sebagainya. Belum lagi, kegiatan oral seks sejauh ini masih belum bisa diterima secara moral. Apalagi, untuk peradaban dan adat-istiadat orang Timur seperti Indonesia.***

Berhubungan Seks

Selama Hamil

Dokter Boyke yang baik,

Dok, istri saya positif hamil. Saya bersyukur, apalagi kami sudah menunggu sejak dua tahun lalu. Tapi masalahnya dok, saya ini termasuk orang yang keranjingan seks. Sejak menikah, kami selalu melakukan hubungan bahkan setiap hari, walau itu cuma sebentar. Sebagai informasi, istri saya sekarang usianya 24 tahun, sedang saya 30 tahun, istri saya

sedang mengandung dua bulan. Pertanyaannya dok, bagaimana cara berhubungan seks yang aman agar kandungan istri saya tidak terganggu? Kemudian bagaimana dengan frekuensi berhubungan yang ideal selama istri saya hamil? Apakah betul, saat kandungan berusia delapan hingga sembilan bulan aktivitas seks harus ditingkatkan? Pantangan apa yang tidak boleh dilanggar saat berhubungan agar kehamilan istri saya tidak terganggu? Atas jawabannya, sebelumnya saya ucapkan terima kasih buat Pak Dokter. Sukses ya, dok.
Irwan, Kebayoran Baru, Jakarta

Jawab:

Halo, Irwan di Kebayoran

Sebenarnya seks selama kehamilan boleh-boleh saja, tidak dilarang, selama keadaan ibu dan janin sehat. Yang dapat menentukan janin dan ibu sehat adalah dokter atau bidan yang merawat selama ibu hamil. Tentang posisi hubungan seks yang aman, seperti pernah saya jelaskan dalam rubrik terdahulu, wanita di atas (female superior) tidak terlalu berisiko. Sebagai variasi, boleh juga posisi pria dari belakang (dog position) dengan posisi wanita menungging. Seks yang sehat idealnya adalah 1-4 kali dalam seminggu.

Ini berlaku untuk pria dan wanita, baik yang sedang hamil ataupun tidak. Soal pantangan, rasa-rasanya tidak ada. Hanya saja, karena wanita sedang hamil sebaiknya, ya jangan terlalu kasar. Hindari penetrasi terlalu kuat terhadap perut wanita yang mengandung janin bayi.

Menyoal Praktik Anal Seks

Pak Dokter Boyke yang terhormat. Dok, ini pertanyaan darurat nih. Saya seorang istri berusia 25 tahun. Suami saya 40 tahun. Kami menikah baru setahun yang lalu. Saat menikah, suami saya seorang yang duda. Awalnya saya bahagia dengan gaya bercinta suami saya yang heboh. Tetapi belakangan ini, saya mulai bete alias bosan sekali. Soalnya, suami saya selalu minta hubungan lewat belakang dengan memasukkan "barang"nya lewat anus. Sakit dan jijik rasanya. Tapi kalau menolak, dia langsung marah-marah. Dan, buntut-buntutnya, semua barang dia lempar. Dok, apakah saya harus pasrah? Apakah hubungan lewat belakang itu sehat? Bagaimana cara agar suami saya tidak melakukan lagi? Dok, mengapa suami saya memilih hubungan lewat belakang? Apakah dia ada kelainan seks tertentu? Tolong ya, dok, saya sangat menderita karenanya. ST, istri yang menderita, Cimanggis, Bogor

Jawab

Istri yang menderita di Cimanggis

Hubungan seks dari belakang atau dikenal dengan istilah anal seks sebaiknya dihindarkan karena bukan merupakan seks yang sehat. Anus merupakan tempat kotoran dan dindingnya tidak setebal vagina, sehingga mudah robek pada saat hubungan seks. Kalau dindingnya terluka tentu bisa berpotensi mendatangkan infeksi. Ini berpotensi mendatangkan aneka macam penyakit seks. Kondisi itu juga dapat mengakibatkan penularan berbagai penyakit (hepatitis C dan lain-lain) serta dapat menimbulkan perdarahan hebat karena anus kaya akan pembuluh darah. Anda tidak boleh pasrah. Cobalah tolak secara halus bila suami punya keinginan itu. Tawarkan posisi dan variasi lain yang mampu membuat suami tetap merasa senang. Perlu diketahui, hubungan seks melalui anus sering dilakukan pria-pria homoseks, karena pasangan homoseks tidak mempunyai vagina. Jika suami lebih menyukai anal seks ketimbang vagina, mungkin saja dia punya kecenderungan homoseksual? Ok.

Kecapaian Turunkan Gairah Seks

Dokter Boyke yang terhormat...

Saya pria berusia 42 tahun dan istri berusia 39 tahun. Dua tahun belakangan ini, istri saya kembali bekerja di perusahaan keluarganya. Yang jadi persoalan dok, kami sering pulang larut malam karena banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan. Akibatnya, kami biasanya pulang sudah dalam keadaan sangat lelah dan ingin tidur secepatnya. Karena kesibukan pekerjaan ini hampir terjadi setiap hari, hubungan seksual baru "sempat" kami lakukan pada akhir pekan. Pada saat itu biasanya istri saya ingin melakukannya berkali-kali. Terus terang dok, saya merasa agak kewalahan. Apakah hubungan seksual yang seperti ini nantinya tidak mengganggu kesehatan? Apa yang harus saya lakukan untuk meningkatkan stamina saya, dok, mengingat beberapa bulan belakangan ini kondisi tubuh saya mudah letih, lemah dan lesu? Karena, akhir pekan yang seharusnya digunakan untuk memulihkan tenaga, justru kami forsir habis-habisan!
Rusdiawan, Cengkareng, Jakarta Barat

Jawab:

Saudara Rusdiawan, hubungan seks yang dilakukan berkali-kali dalam 1 hari, tentu saja menguras tenaga. Meskipun secara medis, tidak berdampak serius, sebaiknya keinginan seks suami istri disalurkan secara teratur. Bagi mereka yang sibuk, melakukan hubungan seks di pagi hari (lewat "serangan fajar"), cukup nyaman dan menyenangkan. Apalagi setelah tidur

yang cukup, tenaga pulih sehingga cukup energi untuk melakukan hubungan seks. Belum lagi, pada dini hari, hormon pria biasanya sedang mencapai puncak dan hal tersebut dapat mendorong gairah seks Anda secara optimal. Seks yang sehat dan indah, tidak membuat tubuh lesu, tetapi justru menambah kebugaran. Lesu setelah berhubungan seks bisa juga akibat kurang berolah raga atau ada kecemasan yang berkepanjangan. Nah, cari waktu luang untuk sesekali berolah raga dan hilangkan stres agar tidak selalu merasa cemas. Jalani hidup ini dengan santai, selalu bersikap positif, dan tidak perlu tegang untuk meraih kebahagiaan sejati.

Sulit Pipis setelah Ejakulasi

Dokter Boyke....

Sebenarnya saya tidak punya masalah seksual. Tetapi, kejadian dua pekan terakhir ini sungguh mengganggu. Dok, saya pria berusia 28 tahun dan usia istri saya tidak paut berbeda. Kami masih dalam suasana pengantin baru, menikah sekitar 3 bulan lalu. Hubungan seksual kami panas dan membara, barangkali sama seperti pengantin baru lainnya. Namun, saya kok sekarang ini jadi sulit tidur setelah melakukan hubungan seksual dengan istri? Padahal, saya mencapai ejakulasi, kondisi yang tidak pernah terjadi sebelumnya. Bahkan, teman-teman di kantor hampir semuanya mengaku langsung tidur nyenyak setelah berhubungan. Anehnya, saya kok harus buang air kecil dulu (kadang 2-3 kali) baru bisa tidur, meski air seni yang keluar tidak banyak. Saya khawatir kebiasaan yang nggak asyik ini terus berlanjut. Soalnya kan repot kalau setiap kali mesti ke kamar mandi dulu. Maklum, masih tinggal di Pondok Mertua Indah. Sehingga kami malas kalau harus keseringan ke luar-masuk kamar, karena sebenarnya tidak kebelet kencing. Normalkah kondisi saya ini dok? Danang Priambodo by email

Jawab:

Halo Saudara Danang, buang air kecil setelah berhubungan seks merupakan hal yang wajar. Maklum saja, pada saat orgasme (ejakulasi) syaraf-syaraf penis terangsang sedemikian rupa, sehingga terjadi ejakulasi (pengeluaran sperma). Karena saluran ejakulasi dan saluran kencing muaranya sama, serta kandung kencing ikut terangsang saat ejakulasi, maka setelah ejakulasi dapat saja timbul keinginan untuk kencing. Saran saya, coba kosongkan dulu kandung kencing sebelum berhubungan seks. Cara ini biasanya dapat mengurangi keinginan kencing tersebut. Sulit tidur karena belum kencing merupakan hal yang wajar, karena kandung

kencing terasa penuh dan membuat perasaan kita tidak nyaman saat tidur.***

Sterilisasi di Usia Muda

Dokter Boyke...

Saya seorang ibu rumah tangga dengan dua anak berusia 5 tahun dan 1 tahun. Bulan depan, usia saya genap 31 tahun. Dok, rencananya saya dan suami hanya ingin memiliki dua anak. Tetapi, untuk menggunakan alat kontrasepsi, saya masih takut, soalnya saya mempunyai kelainan jantung bawaan. Apakah wanita seusia saya boleh disterilisasi? Apakah sterilisasi ini berdampak pada hubungan seksual?

Maksudnya, apa saya juga mudah mendapatkan orgasme seperti terjadi selama ini. Untuk suami, apakah ada bedanya antara perempuan yang telah steril dengan belum? Apakah sterilisasi ini hasilnya 100 persen mampu mencegah kehamilan? Hal apa saja yang membuat sterilisasi tidak berjalan sesuai dengan harapan, misalnya tiba-tiba saya hamil? Saya tunggu jawaban secepatnya. Soalnya, saya saat ini tidak menggunakan alat kontrasepsi satu pun dan saya takut hamil lagi...

Puri Intana, Jl Gelatik , Desa Sawah Lama, Ciputat

Jawab:

Sterilisasi adalah metode kontrasepsi permanent artinya kesuburan tidak bisa kembali lagi. Jika memang anda hanya merencanakan dua anak saja, tidak ada salahnya mengikuti kontrasepsi dengan cara steril. Banyak mitos diseperti tindakan sterilisasi, seperti hilangnya gairah, tidak bisa orgasme dan lain-lain.

Perlu diketahui bahwa pada tindakan sterilisasi sebenarnya merupakan tindakan tubektomi (pemotongan dan pengikatan saluran telur), sementara indung telur tidak diapa apakan, artinya fungsi indung telur sebagai penghasil hormon estrogen dan progesteron tidak terganggu. Untuk itu wanita masih bisa mendapatkan gairah seks maupun orgasme sama dengan wanita yang tidak melakukan sterilisasi, keberhasilan mencegah kehamilan pada sterilisasi adalah hampir 100 persen. Biasanya kesalahan sterilisasi adalah memotong dan mengikat ligamentum yang disangka sebagai tuba (saluran telur). Bisa saja terjadi penyambungan kembali saluran telur yang sudah dipotong dan diikat, namun hal tersebut sangat jarang terjadi. Jadi saya kira memilih sterilisasi untuk KB anda boleh saja dilakukan.

Vagina Gatal

Dokter Boyke yang terhormat, Dok, akhir-akhir ini daerah bibir vagina saya terasa gatal. Bila digaruk akan semakin gatal dan pedih. Bahkan, setelah itu ada cairan yang menyebabkan permukaan menjadi gatal. Vagina saya tampak kemerahan dan ada bintil-bintil samar (seperti biduran). Apakah itu memang biduran? Kondisi ini terjadi setelah bulan lalu saya mengalami biduran di seluruh tubuh saya. Meski sembuh setelah diobati, kok vagina saya tetap saja gatal? Saya pernah dengar tentang produk vagina douche untuk membersihkan vagina dari seorang pramuniaga di departemen store. Apakah produk semacam itu bisa dipergunakan untuk penyakit saya ini dok? Dalam kondisi seperti apa seorang perempuan boleh menggunakan produk vagina douche? Apa saja dampak negatif dari produk tersebut ?

Wahyurini, Jl Tebet Timur, Jakarta Selatan

Jawab:

Gatal-gatal pada vagina dapat menimbulkan keputihan dan penyebabnya bisa karena infeksi, ataupun karena alergi. Adanya bintil-bintil kemerahan menandakan bahwa kulit vagina anda mengalami alergi dan infeksi. Biasanya paling sering di Indonesia adalah infeksi oleh jamur. Biduran seluruh tubuh yang terjadi pada diri anda, biasanya disebabkan oleh reaksi alergi pada tubuh (misalnya makan udang, keracunan makanan dan lain-lain), akibatnya vagina pun terkena dampaknya, namun karena darah vagina sangat sensitif ditambah dengan adanya infeksi jamur maka gatal vagina menjadi berkepanjangan. Penggunaan vaginal douche sebaiknya dikonsultasikan dengan dokter, karena antiseptik yang terkandung dalam larutan untuk vaginal douche dapat membunuh mikroorganisme yang baik (yang dibutuhkan oleh tubuh) untuk menjaga keasaman vagina. Jika tidak ada indikasi, sebaiknya tidak dilakukan vaginal douche. Jika tetap dilakukan, dapat mengakibatkan vagina semakin kering dan semakin mudah terkena infeksi.***

Sumber : Suara Karya

Dibuat seperti ini oleh : www.ebooks-gratis.cjb.net

Malinglist : http://groups.yahoo.com/group/rahasia_seks_kamasutra