

7 Ide Kegiatan Outdoor untuk Membuat Family Time Anda Tak Terlupakan!

Category: LifeStyle

17 Februari 2024



Prolite – Hai semua, siapa yang tak suka menikmati waktu berkualitas dengan keluarga? Dengan cuaca yang cerah dan udara segar, kegiatan outdoor bisa menjadi pilihan sempurna untuk membuat family time Anda menjadi momen yang tak terlupakan!

Jadi, jika Anda mencari ide-ide seru untuk menghabiskan waktu bersama keluarga di luar rumah, Anda berada di tempat yang tepat!

Berikut ini kami sajikan 7 ide kegiatan outdoor yang pasti akan membuat family time Anda menjadi lebih seru dan berkesan. Siap untuk petualangan yang menyenangkan? Ayo kita mulai! ☐

7 Rekomendasi Kegiatan Outdoor

untuk Family Time yang Menyenangkan

1. Piknik di Taman



Ilustrasi piknik bersama keluarga –

Menyiapkan bekal makanan favorit dan pergi piknik di taman adalah cara yang menyenangkan untuk menghabiskan waktu bersama keluarga.

Bermain, makan bersama, dan berinteraksi dengan alam dapat menciptakan kenangan yang tak terlupakan.

2. Bersepeda Bersama



ilustrasi keluarga yang bersepeda bersama – Freepik

Bersepeda merupakan kegiatan yang cocok untuk semua anggota keluarga, mulai dari yang muda hingga yang tua.

Pilihlah rute yang sesuai dengan tingkat kemampuan setiap anggota keluarga dan jelajahi pemandangan sekitar bersama-sama.

3. Mendaki Gunung Kecil



Ilustrasi keluarga yang mendaki gunung – Freepik

Jelajahi alam dengan mendaki gunung kecil di sekitar kota atau daerah terdekat.

Dengan persiapan yang tepat dan pendakian yang tidak terlalu sulit, kegiatan ini dapat menjadi pengalaman petualangan yang menyenangkan bagi seluruh keluarga.

4. Taman Bermain



Ilustrasi kegiatan outbound –

Kunjungi taman bermain yang dilengkapi dengan fasilitas outdoor seperti tali tambang, flying fox, dan wahana permainan lainnya.

Aktivitas ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga dapat merangsang keterampilan motorik dan koordinasi anak-anak.

5. Berkemah di Alam Terbuka



Ilustrasi keluarga yang berkemah- Freepik

Apakah itu di hutan, pantai, atau gunung, berkemah di alam terbuka adalah cara yang fantastis untuk menghabiskan waktu bersama keluarga.

Memasak bersama di atas api unggun, bercerita di sekitar tenda, dan tidur di bawah langit bintang akan menciptakan kenangan yang tak terlupakan.

6. Olahraga



Ilustrasi keluarga yang bermain sepak bola – Freepik

Ajak keluarga untuk bermain olahraga outdoor seperti sepak bola, voli pantai, atau frisbee.

Olahraga tidak hanya baik untuk kesehatan fisik, tetapi juga dapat mempererat hubungan antar anggota keluarga melalui kompetisi yang sehat dan kerjasama tim.

7. Menjelajahi Tempat Wisata Terdekat



Ilustrasi keluarga yang bermain di pinggir pantai – Freepik

Manfaatkan liburan atau akhir pekan untuk menjelajahi tempat wisata lokal. Kunjungi taman alam, kebun binatang, atau tempat-tempat bersejarah di sekitar kota Anda.

Aktivitas ini tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga dapat memperluas pengetahuan dan pengalaman keluarga.

Bersama-sama melakukan kegiatan outdoor adalah cara yang sempurna untuk menghabiskan waktu berkualitas bersama keluarga sambil mempererat ikatan di antara kita.

Namun, satu hal yang tak boleh dilupakan adalah keselamatan dan kenyamanan setiap anggota keluarga.

Pastikan untuk selalu memprioritaskan keselamatan dan kenyamanan saat menjalani petualangan di luar ruangan. Dengan begitu, kita bisa menikmati momen bersama dengan damai dan penuh kebahagiaan.

Yuk, jadikan setiap momen kegiatan outdoor bersama keluarga menjadi pengalaman yang tak terlupakan! □

Serba Seru di Musim Liburan: Rekomendasi 7 Film Tontonan Wajib Keluarga

Category: LifeStyle
17 Februari 2024



Prolite – Musim liburan tiba! Apa lagi yang bisa lebih seru daripada menyatukan keluarga untuk menikmati tontonan yang menghibur?

Dalam artikel ini, kami akan memberikan rekomendasi 7 film yang wajib masuk dalam daftar tontonan keluarga Kamu.



Ilustrasi menonton film bersama keluarga – IndiHome

Siap-siap untuk tertawa, terharu, dan terkesima oleh petualangan seru yang akan menghangatkan suasana di sekitar perapian keluarga Anda.

Jadi, siapkan popcorn dan nyamankan diri, karena kami akan membimbing Kamu melalui serangkaian film yang akan menjadikan musim liburan Kamu lebih meriah dan tak terlupakan!

7 Tontonan Wajib Keluarga saat Liburan

Berikut adalah sejumlah film yang tidak hanya mengundang tawa, tetapi juga menyentuh hati dengan pesan moral yang berharga :

1. Monster Inc.

Kisah unik di dunia monster dengan karakter lucu, dijamin mengundang tawa dan menyentuh hati.

2. Zootopia

Petualangan seru di kota hewan dengan pesan mendalam tentang toleransi dan keberagaman.

3. Winnie the Pooh

Kelembutan kisah Hundred Acre Wood yang mengajarkan nilai-nilai persahabatan dan kebahagiaan.

4. Ice Age

Komedi prasejarah dengan trio Manny, Sid, dan Diego, membawa tawa sekaligus pelajaran tentang kerjasama.

5. Finding Nemo

Petualangan penuh warna di lautan dengan karakter yang memikat hati, mengajarkan keberanian dan kasih sayang.

6. The Incredibles

Keluarga Parr yang memiliki kekuatan super, memberikan aksi seru sekaligus sentuhan komedi keluarga.

7. Shrek

Petualangan Shrek yang penuh humor dan satire, sambil menyampaikan pesan tentang kecantikan sejati. Dengan pilihan ini, nikmati waktu berkualitas bersama keluarga.



Ilustrasi menonton bersama – Freepik

Jadi, itulah rekomendasi 7 film tontonan wajib keluarga untuk menyemarakkan musim liburan.

Semoga daftar ini membantu kamu menemukan hiburan yang sempurna untuk dinikmati bersama keluarga di sepanjang liburan. Ingatlah, tak ada yang lebih berharga daripada momen kebersamaan.

Jadi, hidupkan lampu sorot, nikmati film-film ini, dan buatlah musim liburan kamu penuh dengan tawa, cerita, dan kebahagiaan bersama orang-orang tercinta.

Selamat menikmati liburan, dan sampai jumpa di dunia film yang penuh petualangan dan keajaiban! ☐☐

Memahami 4 Pola Asuh Anak : Rahasia Menjadi Orang Tua Yang Baik

Category: LifeStyle
17 Februari 2024



Prolite – Dalam perjalanan meniti keindahan peran orangtua, banyak hal yang perlu dipahami dan diterapkan, termasuk memahami pola asuh anak.

Menjadi orangtua yang baik tidak hanya berkutat pada kasih sayang, tetapi juga melibatkan pemahaman mendalam terhadap pola asuh.

Melalui artikel ini, kita akan menjelaskan empat pola asuh kunci yang telah terbukti membentuk fondasi kuat bagi pembentukan karakter anak.

Memahami dan mengimplementasikan pola asuh anak ini dapat menjadi pilar utama dalam membimbing anak menuju kehidupan yang sehat, berprestasi, dan bahagia.

Mari kita telusuri bersama bagaimana mengenali dan mengaplikasikan pola asuh ini untuk menjadi orangtua yang tidak hanya mendukung pertumbuhan anak, tetapi juga mewujudkan hubungan yang harmonis di dalam keluarga.

Apa itu Pola Asuh Anak?



Ilustrasi keluarga bergandengan – Freepik

Pola asuh anak merujuk pada cara orangtua atau pengasuh memandu, mendidik, dan membimbing perkembangan anak.

Hal ini mencakup berbagai pendekatan, aturan, dan gaya interaksi yang dapat memengaruhi perilaku, kemandirian, serta pembentukan nilai dan karakter anak.

Pengertian pola asuh melibatkan cara orangtua memberikan dukungan emosional, memberikan batasan, dan memberikan arahan untuk membentuk perkembangan anak secara positif.

Pola asuh anak yang baik berkontribusi pada perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak.

Jenis-Jenis Pola Asuh Anak



Iluatrasi keluarga – Freepik

Dalam hal mengasuh anak, ada banyak keragaman di antara keluarga. Latar belakang budaya mempunyai dampak besar terhadap keberadaan unit keluarga dan cara anak-anak dibesarkan.

Setiap orang tua memiliki pendekatan berbeda dalam cara berinteraksi dan membimbing anak-anaknya. Moral, prinsip, dan perilaku seorang anak pada umumnya dibentuk melalui ikatan ini.

Umumnya, pola asuh dibagi menjadi empat kategori, yaitu :

1. Otoriter

Pola asuh otoriter melibatkan aturan ketat tanpa ruang untuk negosiasi, dengan konsekuensi hukuman bagi pelanggaran. Orang tua yang menerapkan pola asuh ini memiliki harapan tinggi tanpa fleksibilitas.

Anak-anak dapat patuh dan berperilaku baik, tetapi mungkin

mengalami tingkat agresi tinggi, kekurangan keterampilan sosial, dan kesulitan mengambil keputusan sendiri.

Mereka mungkin mengalami kesulitan mengelola amarah dan memiliki harga diri rendah.

Adanya aturan yang ketat dapat menyebabkan konflik ketika anak tumbuh dewasa, mendorong mereka untuk memberontak terhadap figur otoritas.

2. Authoritative

Pola asuh otoritatif melibatkan hubungan erat dan komunikasi terbuka antara orang tua dan anak. Ada panduan yang jelas dan penjelasan terkait tindakan disiplin. Metode disiplin digunakan untuk mendukung, bukan menghukum.

Anak memiliki kesempatan untuk memberikan masukan dan terdapat komunikasi yang sering.

Meskipun memerlukan kesabaran dan usaha, gaya ini menghasilkan anak yang percaya diri, bertanggung jawab, dan mampu mengatur diri sendiri.

Mereka dapat mengelola emosi dengan efektif, menciptakan hasil sosial dan kesehatan emosional yang positif. Gaya pengasuhan ini juga mendorong kemandirian, membantu anak tumbuh dengan harga diri yang tinggi dan pencapaian akademik yang baik.

3. Permisif

Pola asuh permisif melibatkan pendekatan hangat dan penuh kasih dari orang tua dengan harapan yang rendah atau bahkan tidak ada.

Aturan terbatas diterapkan, tetapi komunikasi tetap terbuka, dan anak diberikan kebebasan untuk mengatasi masalah mereka sendiri.

Keterbatasan dalam penerapan disiplin dapat mengakibatkan

kebiasaan makan yang tidak sehat dan risiko obesitas.

Anak-anak memiliki kebebasan yang besar dalam menentukan rutinitas harian, namun, ini dapat menyebabkan kebiasaan negatif karena kurangnya panduan moderasi.

Meskipun memiliki harga diri dan keterampilan sosial yang baik, anak-anak dari pola asuh ini mungkin bersifat impulsif, menuntut, egois, dan kurang mampu mengatur diri sendiri.

4. Tidak Terlibat

Pola asuh ini memberikan kebebasan tanpa campur tangan aktif dari orang tua dalam kehidupan anak. Komunikasi dan pengasuhan minim, tanpa harapan tertentu terhadap anak.

Meskipun anak-anak dari pola asuh ini mungkin menjadi lebih tangguh dan mandiri, hal ini seringkali dikembangkan sebagai respons terhadap kebutuhan.

Mereka dapat menghadapi kesulitan dalam mengendalikan emosi, strategi penanggulangan yang kurang efektif, tantangan akademis, dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial.



Ilustrasi keluarga – ukhuwahnews

Setiap pola asuh anak memiliki dampak yang unik terhadap perkembangan anak. Otoriter menekankan aturan ketat, otoritatif mendorong kemandirian, permisif memberikan kebebasan, dan tidak terlibat memberikan kebebasan tanpa campur tangan aktif.

Penting bagi orang tua untuk menyadari dan memahami pola asuh yang diterapkan, dengan tujuan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan anak secara positif.

Seimbang antara kehangatan, batasan yang jelas, dan komunikasi terbuka menjadi kunci dalam membentuk hubungan harmonis dan

perkembangan optimal.

Melibatkan diri secara aktif, memberikan dukungan, dan memahami kebutuhan anak dapat membentuk dasar yang kokoh untuk perjalanan kehidupan mereka.

Kesadaran terhadap peran pola asuh anak memungkinkan orang tua untuk menjadi penuh perhatian, bijaksana, dan mendukung dalam mendampingi anak-anak menuju kedewasaan.

Peringatan Hari Kontrasepsi Sedunia : Yuk Kenali Sejarah dan Pentingnya Kontrasepsi

Category: LifeStyle
17 Februari 2024



Prolite – Besok, 26 September 2023, kita akan memperingati Hari Kontrasepsi Sedunia, sebuah momen yang dirancang untuk

mengedukasi masyarakat tentang pentingnya penggunaan kontrasepsi dalam perencanaan keluarga yang sehat dan bertanggung jawab.

Sejarah Hari Kontrasepsi Sedunia



Pengenalan Alat Kontrasepsi – Halodoc

Jejak sejarah Hari Kontrasepsi Sedunia dapat ditelusuri hingga tahun 2007 ketika sepuluh organisasi internasional keluarga berencana bersatu untuk meluncurkan kampanye global yang mengedepankan kesadaran akan kontrasepsi.

Kampanye yang kemudian dikenal sebagai Hari Kontrasepsi Sedunia ini memiliki beberapa tujuan inti, antara lain:

- **Meningkatkan Kesadaran akan Pentingnya Kontrasepsi dalam Perencanaan Keluarga**

Kampanye ini bertujuan untuk memastikan bahwa masyarakat di seluruh dunia memahami pentingnya kontrasepsi dalam menjaga kestabilan dan kesejahteraan keluarga.

- **Mendorong Akses Terhadap Kontrasepsi yang Aman dan Efektif**

Salah satu fokus utama adalah meningkatkan akses masyarakat terhadap berbagai jenis kontrasepsi yang aman dan efektif.

- **Menghilangkan Stigma dan Diskriminasi Terhadap Kontrasepsi**

Selain itu, kampanye ini juga berusaha untuk mengakhiri stigma dan diskriminasi yang masih terkait dengan penggunaan kontrasepsi.

Pentingnya Kontrasepsi



Ilustrasi pentingnya penggunaan alat atau obat kontrasepsi – DKT Indonesia

Kontrasepsi adalah kunci untuk mencegah kehamilan yang tidak diinginkan dan memiliki dampak positif yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan. Berikut adalah beberapa alasan mengapa kontrasepsi sangat penting:

1. Mencegah Kehamilan yang Tidak Diinginkan

Kehamilan yang tidak diinginkan dapat menghadirkan berbagai masalah, seperti kemiskinan, kesulitan dalam pendidikan, dan bahkan situasi kekerasan dalam rumah tangga.

Penggunaan kontrasepsi dapat secara efektif mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan dan akibat negatif yang mungkin timbul.

2. Mengatur Jarak Kelahiran Anak

Mengatur jarak kelahiran anak adalah penting untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Jarak yang tepat antara kelahiran anak dapat mengurangi risiko komplikasi yang serius.

3. Melindungi Ibu dan Anak dari Risiko Kesehatan

Kehamilan dan persalinan membawa risiko kesehatan bagi ibu dan anak. Kontrasepsi dapat membantu melindungi keduanya dari risiko ini, memberikan peluang untuk kesehatan yang lebih baik.

4. Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga

Keluarga yang direncanakan dengan baik memiliki kesempatan lebih besar untuk mencapai kesejahteraan yang lebih baik.

Kontrasepsi membantu pasangan merencanakan keluarga mereka

dengan cermat, menciptakan lingkungan yang lebih stabil.

Contoh-contoh Kontrasepsi



Contoh kontrasepsi – medicastore

Sejumlah contoh kontrasepsi yang tersedia meliputi:

- **Pil Kontrasepsi Oral (Pil KB):** Pil KB adalah bentuk kontrasepsi oral yang diminum setiap hari. Mereka mengandung hormon yang mencegah pelepasan sel telur dari ovarium.
- **Kondom:** Kondom adalah alat kontrasepsi yang dipasang pada penis pria. Mereka mencegah sperma masuk ke dalam rahim wanita.
- **IUD (Intrauterine Device):** IUD adalah jenis kontrasepsi yang dimasukkan ke dalam rahim wanita. IUD melepaskan hormon yang mencegah pelepasan sel telur dari ovarium.
- **Suntik KB:** Suntik KB adalah bentuk kontrasepsi yang diberikan melalui suntikan setiap 3 bulan. Mereka mengandung hormon yang mencegah pelepasan sel telur dari ovarium.

Dampak Positif Kontrasepsi Terhadap Kesehatan Ibu dan Anak



Ibu dan bayinya – johnsonsbaby

Penggunaan kontrasepsi tidak hanya mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, tetapi juga dapat mengurangi risiko kesehatan bagi ibu dan anak. Beberapa dampak positif termasuk:

- **Mengurangi Kematian Ibu:** Kematian ibu merupakan salah satu penyebab utama kematian perempuan usia subur di

seluruh dunia. Kontrasepsi dapat efektif mengurangi risiko kematian ibu dengan mencegah kehamilan yang tidak diinginkan.

- **Mengurangi Kematian Bayi:** Kematian bayi adalah penyebab utama kematian anak di bawah usia 5 tahun. Kontrasepsi dapat membantu mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, sehingga dapat mengurangi risiko kematian bayi.
- **Mencegah Kelahiran Prematur:** Kelahiran prematur dapat membawa berbagai risiko kesehatan bagi bayi, seperti gangguan pernapasan, masalah pencernaan, dan kelainan neurologis. Kontrasepsi membantu mengurangi risiko kelahiran prematur dengan memberikan kontrol atas perencanaan keluarga.

Bagaimana Memperingati Hari Kontrasepsi Sedunia?



Ilustrasi keluarga berencana – ukhuwahnews

Di Indonesia, Hari Kontrasepsi Sedunia diberi penghargaan oleh berbagai organisasi kesehatan dan keluarga berencana. Mereka biasanya menyelenggarakan berbagai kegiatan, seperti seminar, diskusi, dan kampanye pendidikan.

Bagi individu, beberapa langkah yang dapat diambil untuk memperingati Hari Kontrasepsi Sedunia meliputi:

▪ **Mengenal Jenis Kontrasepsi yang Tersedia**

Menginformasikan diri sendiri tentang berbagai jenis kontrasepsi yang ada, serta kelebihan dan kekurangannya, adalah langkah pertama untuk membuat pilihan yang tepat.

▪ **Mendiskusikan dengan Pasangan**

Keputusan tentang kontrasepsi sebaiknya diambil bersama pasangan. Diskusi terbuka dan jujur tentang pilihan

kontrasepsi yang tepat adalah kunci untuk perencanaan keluarga yang sukses.

- **Berpikir Kritis dan Berkonsultasi dengan Profesional Kesehatan**

Mengumpulkan informasi dari sumber yang dapat dipercaya dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan yang kompeten akan membantu individu membuat keputusan yang bijak.

- **Dukung Organisasi yang Mendorong Akses ke Kontrasepsi**

Dukungan terhadap organisasi yang berjuang untuk meningkatkan akses masyarakat terhadap kontrasepsi adalah langkah nyata untuk mendukung tujuan Hari Kontrasepsi Sedunia.

4 Seleb Hollywood yang Hebat Jaga Rahasia Wajah Sang Anak, Kuy Kepoin!

Category: Seleb
17 Februari 2024



Prolite – Halo, kawula muda pencinta selebriti Hollywood! Siapa yang gak kenal dengan dunia gemerlap Hollywood?

Yup, dunia yang selalu penuh dengan sensasi, gosip panas, dan berita kehidupan para selebriti ternama. Mulai dari kisah cinta, karier gemilang, sampai kabar keluarga bahagia, semuanya jadi sorotan kita sehari-hari.

Namun, ada beberapa seleb Hollywood yang jago banget merahasiakan kehidupan pribadi mereka, terutama tentang wajah-wajah manis dari buah hati mereka. Wah, mereka bikin kita kepo banget gak sih? Tapi hei, tenang aja, mereka punya alasannya sendiri kok!

Jadi, duduk manis, siapkan camilan favoritmu. Kita akan mengungkap siapa aja mereka yang berhasil menjaga privasi keluarga dengan penuh misteri. Yuk, kita simak bareng alasan-alasan menarik dibalik keputusan mereka menjaga wajah sang buah hati dari sorotan publik.

1. Artis Hollywood Adele



Getty Images

Artis cantik dengan suara merdu ini gak pernah sengaja umbar foto putranya yang bernama Angelo di media sosial. Bahkan dia juga menutupi wajah anaknya setiap kali berada di depan umum. Dia pengen banget ngejauhin putranya dari sorotan media dan paparazzi dengan alasan untuk melindungi putranya di masa depan nanti.

“Kita perlu memiliki privasi. Saya pikir sangat sulit menjadi anak orang terkenal. Bagaimana jika dia ingin merokok ganja atau minum di bawah umur, atau bagaimana jika dia melakukan hal yang menyimpang dan tidak mau beri tahu saya, lalu dia difoto dan begitulah cara saya mengetahuinya?” ujar Adele.

2. Kristen Bell dan Dax Shepard



Shutterstock

Kristen Bell dan Dax Shepard memang suka bagi-bagi tips parenting. Tapi mereka berdua tetap ngusahain banget buat proteksiin anak perempuan mereka dari paparazi dan sosmed. Meskipun kadang-kadang mereka posting foto anaknya, Lincoln dan Delta, di akun Instagramnya, dia selalu nutupin muka anak-anaknya pake emoji.

Dan pas anaknya baru lahir, dia mulai nerapin foto tanpa anak biar enggak ada yang bisa ngebajak foto anak-anaknya terus dipajang tanpa izin, apalagi sama paparazi.

Selain itu, dia dengan tegas ngomentarin dan bahkan boikot postingan yang ngepublikasiin muka anak-anak artis lain. “Aku memberitahumu sekarang, kami tidak ingin wajah putri kami di mana pun sampai dia memutuskan karena aku sangat menghormatinya,” jelas Kristen Bell.

3. Emily Blunt dan John Krasinski



Shutterstock

Pasangan yang main di film “A Quiet Place” dan aslinya juga jadi pasutri ini enggak pernah ngepost foto anak-anaknya. Anak mereka namanya Hazel sama Violet, tapi jarang banget kita liat foto-fotonya.

Emily Blunt gak punya akun media sosial, dan John Krasinski juga belum pernah ngeluarin foto putrinya di internet. Dia bilang, “Foto anak-anak cuma boleh dari orang tua langsung. Jadi, aku seneng banget bisa kenalin kalian sama Hazel!! #NoKidsPolicy.”

4. Ryan Gosling dan Eva Mendes



instagram @ryangoslinguk

Ryan Gosling enggak punya akun sosmed, sementara Eva Mendes udah konfirmasi kalo dia enggak akan ngebagiin foto putri mereka, Esmeralda dan Amada, sampe mereka cukup umur buat kasih izin wajah mereka dikenal sama publik.

“Saya selalu memiliki batasan yang jelas terkait anak-anak saya. Tentu saja saya akan membicarakannya, dengan batasan, tetapi saya tidak akan memposting foto kehidupan sehari-hari kami,” ujar Eva Mendes.

“Dan karena anak-anak saya masih sangat kecil dan tidak mengerti apa arti memposting foto mereka, saya tidak memiliki persetujuan mereka. Dan saya tidak akan memposting foto mereka sampai mereka cukup umur untuk memberi saya persetujuan,” sambungnya.

Nah itu dia selebriti Hollywood yang memilih untuk menjaga privasi buah hati mereka dengan sangat hati-hati. Meskipun kita tetap penasaran, tapi ya udahlah, sebagai fans yang baik, kita harus menghormati keputusan mereka untuk melindungi kehidupan pribadi sang buah hati dari sorotan publik.

Kita gak bisa *ngejudge* mereka, sih. Setiap orang pasti pengen melindungi keluarganya dan memberikan mereka kehidupan yang normal. Jadi, jangan kepo terus ya, biarkan mereka menikmati momen-momen kebahagiaan tanpa gangguan.

Kita masih bisa mengapresiasi karya-karya mereka di dunia hiburan tanpa harus tahu segalanya tentang kehidupan pribadi mereka. Ayo kita berharap semoga mereka tetap bahagia dan sukses dalam karier serta kehidupan pribadi mereka.

Dan kita sebagai penggemar, terus dukung mereka dengan memberikan apresiasi dan cinta, ya! ☐

Love Language : 5 Cara Sederhana Mengungkapkan Cinta

Category: LifeStyle

17 Februari 2024



Prolite – Hai! Udah pada tau kan tentang “*Love Language*” atau bahasa kitanya bisa disebut Bahasa Cinta? Ini adalah istilah keren yang ngebahas tentang cara orang nunjukin cinta dan nerima cinta dari pasangan mereka.

Tapi, kamu tau gak sih, ada beberapa jenis *love language* yang berbeda dan setiap jenis punya kelebihan dan kekurangannya sendiri. Makanya, di artikel kali ini, kita bakal bahas tentang apa sih bahasa cinta itu, apa jenis-jenisnya, dan pro-kontra yang ada. Kalau gitu langsung aja kita bahas bareng-bareng!

Apa sih Love Language itu?



intimina

Jadi gini, *love language* adalah cara orang mengekspresikan dan menerima cinta dari pasangannya. Tapi ga cuma untuk pasangan, hal ini juga bisa diungkapkan dari orang tua ke anak, kakak ke adik, cucu ke kakek-nenek ataupun ke sahabat kamu.

Setiap orang punya cara yang berbeda-beda dalam menunjukkan perasaan cinta mereka. Nah, ada lima jenis bahasa cinta yang umum diakui. Kamu tau ada apa aja? Yuk simak, siapa tau kamu termasuk orang yang punya salah satunya!

Jenis-Jenis Love Language

1. *Words of Affirmation* (Kata-kata Penghargaan)

Orang yang memiliki *words of affirmation* ini menyukai atau suka memberi kata-kata pujian, kata-kata manis, atau kata-kata positif lainnya. Mereka akan mencintai dan menghargai pasangannya melalui ungkapan verbal yang tulus.

2. *Acts of Service* (Tindakan Pengabdian)

Bagi mereka yang termasuk kedalam jenis ini, tindakan lebih penting daripada kata-kata. Mereka mengungkapkan perasaannya dengan membantu, menolong, atau melakukan sesuatu untuk membuat pasangannya merasa bahagia. Mereka melakukannya secara spontan dan suka rela.

3. *Receiving Gifts* (Menerima Hadiah)

Receiving Gifts berhubungan dengan kebahagiaan dalam memberi atau menerima hadiah. Hadiahnya bisa berupa sesuatu yang besar atau kecil, yang penting adalah bentuk perhatian dari pasangan. Dengan begitu mereka akan merasa dicintai oleh pasangannya.

4. ***Quality Time*** (Waktu Berkualitas)

Orang ini akan menempatkan perhatian pada waktu yang dihabiskan bersama orang tersayang secara berkualitas. Mereka akan menghabiskan sepenuh waktunya hanya untuk bersama orang-orang tersebut dan mengutamakan kebersamaan agar bisa memberikan kasih sayang sepenuhnya juga di momen itu.

5. ***Physical Touch*** (Sentuhan Fisik)

Nah, yang terakhir ini berkaitan dengan kasih sayang melalui kontak fisik, seperti pelukan, gendengan tangan, atau sentuhan fisik lainnya. Tapi, jenis *physical touch* yang ditunjukkan pastinya bisa berbeda tergantung pada siapa tujuannya. Misalkan, *physical touch* kepada pasangan tentu akan berbeda kepada orang tua, anak, atau sahabat.

Sekarang, mari kita bahas pro dan kontranya!

Pro/Kelebihan

- Menjaga Hubungan yang Erat : Dengan memahami bahasa cinta pasangan kita, hubungan kita bisa menjadi lebih erat dan harmonis.
- Meningkatkan Komunikasi : Menggunakan bahasa cinta juga bisa bikin komunikasi kita jadi lebih baik dan efektif.
- Membangun Keharmonisan : Dengan saling menghargai bahasa cinta satu sama lain, hubungan kita bisa terasa lebih bahagia dan mesra.

Kontra/Kekurangan

- Perbedaan Preferensi : Tidak semua orang memiliki bahasa cinta yang sama, jadi kadang bisa ada perbedaan preferensi dalam mengekspresikan cinta.

- **Keterbatasan Pemahaman** : Kita mungkin butuh waktu dan usaha lebih buat benar-benar memahami bahasa cinta pasangan atau orang-orang terdekat kita.
- *Overgeneralization* : Terkadang, bahasa cinta bisa jadi *overgeneralized*, artinya kita menganggap semua orang punya bahasa cinta yang sama.

Jadi itu dia, guys! Sekarang kamu udah tau kan nih apa itu “*Love Language*” dan gimana pentingnya untuk memahami *love language* pasangan atau orang-orang terkasih kamu. Apakah kamu termasuk kedalam salah satu jenis *love language* di atas?

Tapi perlu diingat, *love language* adalah alat untuk lebih memahami pasangan kita, bukan alat untuk menilai atau mengubah mereka ya guys! Oleh karena itu, yuk, coba kenali “*Love Language*” kamu dan pasanganmu, supaya hubungan kalian makin kuat dan harmonis!

4 Kegiatan yang Bikin Suasana di Malam Idul Adha Tak Terlupakan

Category: LifeStyle
17 Februari 2024



Prolite – Selamat datang di malam Idul Adha yang penuh keberkahan, guys! Saatnya kita kumpul bareng teman atau keluarga terdekat buat merayakan momen spesial ini.

Halo, guys! Udah pada dapet daging kurban dan siap bakar-bakar daging belum nih? Kalau kamu bosan sama suasana nyate yang gitu-gitu aja, masih banyak kegiatan lain yang bisa bikin momen spesial ini makin asyik dan seru, lho!

Jadi, sambil menikmati hidangan lezat, yuk kita cari tahu apa aja kegiatan asyik yang bisa bikin malam Idul Adha kali ini jadi makin berkesan dan penuh tawa!

1. Game Night yang Seru



wartakota

Selain nyate, kita bisa bikin suasana makin seru dengan adain game night bareng teman atau keluarga. Cari permainan favorit kalian, bisa kartu UNO, truth or dare, board game, tebak gaya atau tebak kata dan masih banyak lagi. Mainkan permainan dengan semangat dan tawa yang

2. Cerita Horor di Malam Idul Adha



Kalo kalian suka hal-hal serem, bisa nih adain sesi cerita horor atau dengerin podcast horror di Spotify. Apalagi pas banget sekarang malam jumat, pasti bakal kerasa banget deh vibesnya! Duduk bareng di teras dan ceritain pengalaman horor atau cerita mistis yang pernah kalian denger atau alami.

Atau kalian juga bisa dengerin podcastnya “Malam Kliwon” yang bacain kisah horror diselingi humor tipis-tipis. Pasti deh, suasana makin mencekam tapi tetep seru. Jangan sampe ada yang takut berlebihan, ya! Yang harus ditakutin itu kalau sate kita sampe gosong!

3. Karaoke Rame-Rame



iStock

Malam Idul Adha juga oke banget buat karaokean seru bareng temen atau keluarga. Nyanyiin lagu-lagu favorit kalian, baik yang Islami atau lagu-lagu populer. Bisa juga nyanyiin lagu-lagu nostalgia yang bikin suasana makin hangat. Gak peduli suaranya bagus atau enggak, yang penting seru dan bikin ketawa bareng. Dijamin deh, waktu bakal berlalu dengan cepat dan momen nyate makin memorable.

4. Cerita Lucu dan Ngakak Bareng



pexels

Gak ada yang lebih seru dari cerita-cerita lucu yang bikin semua orang gakak bareng. Buat suasana yang nyaman, siapkan matras atau bantal di ruang keluarga atau teras. Masing-masing orang bisa ceritain kejadian lucu yang pernah dialami atau ngelawak bareng. Pastinya, momen ini bakal bikin suasana makin

riuh dan semuanya ketawa gak berhenti.

Nah, gitu deh serunya malam Idul Adha bareng temen atau keluarga tercinta. Udah nyate, udah bikin suasana seru dan penuh tawa. Pasti momen spesial kayak gini gak bisa digantikan!

Semoga artikel ini bisa ngasih kalian ide-ide asyik buat tambahin keceriaan di malam ini. Kita bakal buktiin bahwa ngumpul bareng orang-orang terkasih nggak cuma tentang makanan, tapi juga tentang kebersamaan dan kegembiraan.

Tapi selain seneng-seneng, jangan lupa juga untuk bersyukur dengan apa yang udah kita terima dan dapetin hari ini. Lakukan ibadah bersama keluarga atau teman-teman agar menambah keberkahan dan kebersamaan dalam merayakan Idul Adha ini.

Jadi, mari terus jaga silaturahmi dan bikin momen spesial kayak gini terus ada di setiap tahunnya. Selamat menikmati sisa malam Idul Adha dan semoga penuh dengan kebahagiaan juga keberkahan. Sampai jumpa di momen seru berikutnya, ya!

Wahoo Waterworld, 5 Rekomendasi Wahana yang Wajib Kamu Coba!

Category: LifeStyle
17 Februari 2024



BANDUNG, Prolite – Kalo kamu lagi nyari destinasi wisata yang seru dan yang lagi hits di Bandung, coba deh datang ke Wahoo Waterworld.

Hai, teman-teman! Udah pada nggak sabar ya buat liburan sekolah? Atau waktu liburanmu tinggal sebentar lagi? Ayok buruan ke Wahoo Waterworld! Tempat ini keren banget buat kamu yang suka main air dan pengen seru-seruan bareng teman-temanmu.

Wahoo Waterworld merupakan destinasi wisata yang asyik buat kamu kunjungi selagi libur sekolah. Destinasi wisata yang baru dibuka pada 31 Maret lalu ini berlokasi di Jalan Pancatengah Parahyangan St No.1, Jayamekar, Padalarang, Bandung, Jawa Barat, 40553.

Meskipun baru dibuka, Wahoo Waterworld sudah menyandang predikat sebagai waterpark terbesar di Jawa Barat, dan seluncuran terbesar serta tercepat di Asia Tenggara. Wow keren banget ga sih? Makin penasaran gak sama apa yang ada di dalamnya? Yuk, kita simak serunya!

Seru-seruan di Wahoo

Wahoo Waterworld adalah tempat yang pas buat kamu yang suka main air. Ada kolam renang yang besar dan bersih banget. Kategorinya pun beda-beda; ada kolam arus, kolam ombak, kolam untuk anak, kolam untuk balita, dan masih banyak lagi jadi kamu bisa berenang sepuasnya.

Selain itu, ada juga seluncuran air yang tinggi dan seru buat dicoba. Kamu bisa lepas penat dengan terjun dari seluncuran yang tinggi dan merasakan sensasi seru airnya. Pasti bakal bikin liburanmu makin seru dan nggak akan bosan. Berikut adalah daftar wahana yang wajib kamu naikin!

1. RocketBlast



Foto: Istimewa

Wahana yang pertama ini adalah water coaster tercepat dan pertama di Asia Tenggara yang memiliki tenaga berkecepatan tinggi dan tikungan tajam.

Wahana ini cocok untuk kamu yang menyenangi adrenalin dan sensasi ketinggian. Kalau kamu datang kesini, kamu wajib merasakan pengalaman meluncur dengan roller coaster air dari ketinggian 15m dan panjang lintasan 120m.

Sampai saat ini RocketBlast menjadi wahana yang paling diminati pengunjung karena sensasinya belum pernah ada di tempat rekreasi yang lain. Tapi perlu diperhatikan, RocketBlast ini hanya untuk pengunjung dengan minimal tinggi badan 1,2 meter ya, guys!

2. The Caterpillar



Foto : Istimewa

Sensasi terowongan meliuk – liuk yang menegangkan dan merupakan seluncuran favorite dari ketinggian 17m dan panjang lintasan 180m. Ditambah dengan bentuk terowongan yang terbuka dan tertutup semakin memberikan pengalaman yang ekstrem. Wahana ini hanya untuk pengunjung dengan minimal tinggi badan 1,2 meter juga.

Selain itu, kamu juga wajib jelajahin seluncuran mendebarkan lainnya yang tak kalah seru seperti Boomerango, Superbowl, dan tentunya seluncuran air setinggi 17 meter Abyss yang akan memberikan sensasi mendebarkan menjelajahi corong raksasa besar.

3. Splash Zone



Foto : Istimewa

Nah buat kalian yang takut sama ketinggian tapi pengen nyobain seluncuran airnya, mampir ke Splash Zone aja! Wahana ini cocok dan aman untuk anak-anak dengan minimal tinggi 90cm. Di sini anak-anak bisa merasakan Mini Body Water Slide dan Bomerango versi mini yang merupakan seluncuran iconic yang super seru.

Selain itu masih ada kok zona-zona aman buat anak-anak seperti Rainfortress yang di dalamnya adamacam-macam seluncuran ditambah ember tumpah berukuran raksasa yang bikin makin seru saat airnya mengguyur. Untuk balita juga ada Play Zone dan Aqua Zone yang ga kalah seru dan tentunya aman.

4. Lazy River



Foto : Istimewa

Wahana ini cocok buat kamu yang pengen berenang di kolam yang tenang dan nyaman. Tapi lebih baik gunain pelampung biar kamu bisa bersantai atau tiduran di atasnya sambil melihat pemandangan menyegarkan di sekeliling Kiddie Island.

5. Wave Pool



Nah yang terakhir ada Wave Pool. Warga Bandung sekarang ga perlu jauh-jauh lagi ke pantai biar bisa merasakan sensasi diombang-ambing ombak. Karena disini sudah ada Wave Pool yang sensasinya ga jauh beda sama di pantai yang asli. Dan yang ga kalah kerennya, ada 8 tipe ombak yang bakal bikin kamu ga bosan main disini.

Wahana ini paling ditunggu-tunggu oleh pengunjung karena punya jam operasionalnya, kamu harus memperhatikan supaya tidak terlewat dan ambil tempat ternyaman! Wave Pool akan dimulai pukul WIB hingga pukul , dengan durasi ombak 20 menit di setiap jam-nya.

Fasilitas Lainnya

Wahoo Waterworld nggak cuma menyediakan wahana seru aja, tapi juga fasilitas yang bikin kamu nyaman. Ada area parkir yang luas, mushola, locker room, gazebo, penyewaan ban, dan juga tempat ganti baju yang bersih dan nyaman, jadi kamu bisa berganti pakaian dengan nyaman setelah bermain air.

Nggak cuma itu, ada juga foodcourt atau tempat makan yang menyediakan berbagai macam makanan dan minuman segar buat kamu isi perut. Jadi, nggak perlu khawatir lapar atau haus saat bermain air di sini.

Berapa Harga Tiket Masuk Wahoo Waterworld?

Tiket masuk Wahoo Waterworld pada saat soft opening (31 Maret – 21 April 2023) ada dalam tarif Rp. untuk weekday, dan Rp. weekend. Namun tiket masuk Wahoo Waterworld normal saat ini (mulai 2 Mei 2023) sudah dalam tarif Rp. untuk weekday, dan Rp weekend.

Rincian harga lainnya :

Tiket parkir motor Wahoo Waterworld Rp. per jam,

Tiket parkir mobil Wahoo Waterworld Rp. per jam,

Tiket parkir bus di Wahoo Waterworld Rp. ,

Meskipun tiketnya lumayan mahal, tapi Wahoo Waterworld benar-bener worth it buat dikunjungi. Pengalaman yang kamu dapetin disini bakal bikin kamu ngerasa puas banget, deh!

Dengan wahana seru, kenikmatan, dan kenyamanan yang ditawarkan, liburanmu pasti makin seru dan menyenangkan.

Jadi, ajak teman-temanmu, siapkan baju renang, dan jangan lewatkan keseruan di Wahoo Waterworld. Yuk, lepas penat, nikmati serunya bermain air, dan ciptakan kenangan tak terlupakan di sini!

Tips Keharmonisan Rumah Tangga

Category: LifeStyle,Seleb
17 Februari 2024



Prolite – Menjaga kelanggengan rumah tangga menjadi kunci untuk menciptakan keluarga yang harmonis, tentu saja tugas untuk menjaga rumah tangga tetap harmonis bukan dari salah satu pasangan saja melainkan tugas keduanya.

Dengan rumah tangga yang harmonis membuat hubungan anda dengan pasangan menjadi langgeng terus. Ada beberapa tips untuk menciptakan rumah tangga yang harmonis.

1. Komunikasi yang sehat satu sama lain

Dengan berkomunikasi dapat membangun hubungan yang sehat dalam rumah tangga. Dengan komunikasi juga bisa menyelesaikan masalah. Bukan hanya masalah yang harus di komunikasikan tapi juga kegiatan selama sehari bahkan perkembangan anak selama satu hari, itu juga penting untuk dikomunikasikan.

2. Tunjukkan Penghargaan untuk pasangan

Terbiasalah untuk memberikan penghargaan untuk pasangan. Meski terdengar sepele tidak ada salahnya anda mengucapkan terima kasih untuk hal-hal kecil yang dilakukan oleh pasangan. Dia

mungkin juga tidak pernah berharap ucapan tersebut, namun ucapan terima kasih akan membuat hatinya senang, merasa diperhatikan. Semua orang senang ketika mendapatkan apresiasi atas usahanya, begitu juga Anda dan pasangan.

3. Tunjukkan Kebaikan

Merasa kecewa, mungkin pernah mengalami tapi bukan berarti kecewa di balas dengan bersikap tidak baik juga. Hal tersebut tidak akan menyelesaikan masalah. Maka cobalah hal sebaliknya yakni dengan berbuat baik seperti setia mendengar keluhan kesahnya, menghindari membalasnya dengan ucapan kasar, saling membantu dalam membersihkan rumah, dan lainnya.

4. Saling Pengertian

Ingin dimengerti merupakan perasaan yang alami. Akan tetapi, terkadang Anda maupun pasangan mungkin tidak dapat sepenuhnya mengerti apa yang dirasakan. Jadi, cobalah untuk selalu mengungkapkan dukungan ketika pasangan sedang kecewa atau terpuruk. Bisa juga dengan memberikan saran-saran yang membangun.

5. Buat tradisi romantis

Kegiatan romantis bisa juga dilakukan untuk meningkatkan keharmonisan misalnya dengan cara memberikan pelukan atau mungkin dengan mencium. Kegiatan ini dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin.

6. Cari kesempatan seks romantis

Kegiatan seks romantic perlu di lakukan buat pasangan yang sudah memiliki anak. Banyak pasangan yang sudah mempunyai anak membuat hubungan seks hanya untuk kegiatan biasa saja. Dengan kita melakukan seks romantis maka kita juga sedang membangun keharmonisan rumah tangga. (*/**ino**)