

ABSTRAK

Terapi setrum merupakan terapi kesehatan yang berlandaskan melancarkan peredaran darah yang menggumpal dan tersumbat. Semakin maju zaman ini semakin banyak orang memiliki ide kreatif yang canggih dalam hal apapun salah satunya dalam hal kesehatan. Kesehatan sangat diperlukan oleh setiap orang agar ketika melakukan kegiatan atau aktivitas dapat dilakukan dengan maksimal oleh karena itu sehat dalam kesehatan itu mahal. Aktivitas terapi adalah merupakan serangkaian gerak fisik yang dilakukan di dalam usaha penyembuhan atau meningkatkan kualitas hidup penderita, mengelola penyakitnya dan menunda atau meniadakan komplikasi yang akan ditimbulkannya. Penggunaan aktivitas fisik sebagai usaha terapi tidak dapat berdiri sendiri, melainkan bersifat komplementer dengan usaha terapi yang lain misalnya pengaturan makan dan pengobatan konvensional yang telah terbukti peranannya. Kursi yang baik adalah kursi yang nyaman dan ergonomis saat digunakan sesuai antropometri. Alat bantu kursi yang biasanya digunakan itu berbeda-beda ukuran tinggi dan lebarnya sehingga kenyamanan dalam posisi duduk yang kurang benar maka akan menambahkan cedera kecil lainnya berdasarkan posisi duduk yang tidak nyaman. Menghindari cedera tambahan dari kurang nyamannya posisi duduk dengan mengetahui ukuran standard posisi kursi duduk yang benar bagi kalangan tersebut.

Kata Kunci : Kursi, Terapi, Nyaman.

Abstrac

Stun therapy is a health therapy that is based on the circulation of clots and clogged blood. The more advanced this time more and more people have sophisticated creative ideas in any case, one of them in terms of health. Health is needed by everyone so that when doing activities or activities can be done to the maximum, therefore health in health is expensive. Therapy activities are a series of physical movements carried out in an effort to cure or improve the quality of life of sufferers, manage the disease and delay or eliminate the complications that will be caused. The use of physical activity as a therapeutic endeavor cannot stand alone, but is complementary with other therapeutic efforts such as the regulation of eating and conventional medicine which has proven its role. A good seat is a comfortable and ergonomic chair when used according to anthropometry. The chair aids that are usually used are different sizes of height and width so that comfort in a sitting position is less correct then it will add another small injury based on an uncomfortable sitting position. Avoid additional injury from the lack of comfort of the sitting position by knowing the standard size of the correct seat position for those circles.

Keywords: Chair, Therapy, Comfortable