

## BAB II

### PROFIL NAKAMURA *HOLISTIC THERAPY*

#### A. Sejarah Teknik Pijat Terapi *Seitai*

Berawal dari ilmu pengobatan China yang hadir di Jepang sekitar 1500 tahun yang lalu, dimana para pendeta Budha membawa tradisi pengobatan mereka ke Jepang bersama naskah-naskah kuno yang menjadi dasar pengobatan tradisional Jepang. Pada tahun 562, seorang pendeta Budha bernama Chi So membawa 160 buku tentang pengobatan Cina. Sekitar tahun 701-702, institusi pendidikan Jepang pertama kali didirikan. Waktu itu seorang akupunturis memerlukan waktu 7 tahun untuk memperoleh gelarnya, sedangkan terapis pijat memerlukan 3 tahun.

Pada masa pemerintahan Kamakura Muromachi (1185-1574), *support* pemerintah terhadap pengobatan tradisional Jepang sangatlah kurang, akan tetapi rakyat tetap menjalankan praktek *anma* (pijat), akupuntur dan *moxabustion* (terapi dengan panas). Seiring berjalannya waktu, akhirnya ilmu pengobatan Jepang mulai berkembang pesat pada masa pemerintahan Edo (1602-1868) dimana banyak teknik-teknik pijat baru termasuk pijat terapi *seitai*. Pada saat itu, penelitian terhadap teknik pijat terapi *seitai* dilakukan oleh para ahli pengobatan Jepang dengan membedah mayat dan mencari hubungan semua otot yang ada didalam tubuh manusia. Mereka berhasil mempetakan hubungan tulang belakang dengan organ-organ dalam manusia. Dan sejak saat itu, ilmu pengobatan *seitai* diwariskan secara turun menurun.

Guru besar dari *seitai* modern adalah Haruchika Noguchi (1911-1976). Haruchika merupakan seseorang yang berpengaruh membuat teknik pijat terapi *seitai* menjadi sangat populer di Jepang maupun di mancanegara. Salah satu murid dari Haruchika

yang mempelajari *seitai* adalah Okajima Sensei yang sangat terkenal di Jepang sampai pada saat ini. Nakayama Sensei juga merupakan tokoh besar di dunia *seitai* yang berjasa membuat *seitai* menjadi terkenal di mancanegara terutama di negara-negara Eropa.

*Seitai* sendiri memiliki arti penyelarasan (*tai*) tubuh (*sei*) atau dalam bahasa Inggris “*The Body Adjustment Therapy*”. *Seitai* merupakan pijat terapi tradisional Jepang yang bertujuan untuk menyelaraskan tubuh secara alami sehingga tercapai kesehatan tubuh dan jiwa secara alami. Terapi *seitai* menggunakan jari, tangan atau bagian tubuh lain untuk menstimulasi titik-titik akupunktur (*tsubo*) atau bagian tubuh lain sehingga aliran *Qi* dan darah yang terblokir karena problema psikologis (seperti stress, takut, tegang, lelah mental, dan lain sebagainya) atau fisiologis (seperti penyakit kronis atau akut, kelelahan fisik, pegal, dan lain sebagainya) agar menjadi lancar. Aliran darah yang lancar ini membuat otot disekitarnya serta otot-otot yang berhubungan menjadi relaks. Selain itu stimulasi dapat dilakukan dengan olah gerak atau posisi badan tertentu yang bertujuan mengembalikan tubuh ke posisi normal secara alami. *Seitai* terapi dapat pula meningkatkan daya tahan tubuh secara alami yang sangat berguna untuk melawan berbagai penyakit fisik ataupun mental yang dialami manusia.

Riset yang dilakukan oleh Katsusuke Serizawa membuktikan bahwa adanya hubungan antara internal organ dengan kulit, otot melalui sistem syaraf, dan sistem syaraf reflek. Gangguan dari organ dalam dalam dirasakan dan muncul ke permukaan tubuh. Dengan demikian, stimulasi *tsubo* (titik akupunktur) didekat tulang belakang

dapat menstimulasi pula gerakan reflex pada organ tersebut, dan fungsi dari organ tersebut dapat ditingkatkan.

Pengobatan tradisional Jepang berguna mendeteksi penyakit pada tahap yang sangat awal di diagnosa, kemudian mengintruksikan pasien untuk mengambil langkah-langkah pencegahan. Terapi dilakukan untuk mencapai keseimbangan kondisi tubuh dan jiwa secara alami. Praktisi pengobatan Jepang tidak hanya membantu pasien untuk menghilangkan rasa sakit tetapi juga untuk mencapai keharmonisan dengan alam.

Di Jepang, orang percaya bahwa setiap orang memiliki ketidakselarasan dengan tubuhnya yang disebabkan oleh posisi duduk, kebiasaan, makanan, kondisi psikis dan fisik yang kurang normal. Oleh karena itu, tujuan terapi *seitai* adalah secara konsisten mencari titik keseimbangan dan proses keseimbangan tersebut merupakan tujuan. Selain itu pandangan holistik terhadap kesehatan fisik (seperti sistem pernafasan, sirkulasi darah, otot dan lain-lain), mental (emosi, pikiran, psikologis) dan spiritual juga merupakan faktor yang sangat ditekankan dalam terapi.

## **B. Sejarah Nakamura**

Nakamura adalah sebuah klinik kesehatan terapi pencegahan, perawatan dan penyembuhan yang bergerak di bidang refleksi, *seitai*, dan *akupresure*. Nakamura sendiri berasal dari nama orang yaitu bernama Nakamura. Dimana Nakamura adalah orang yang memberikan ilmu tentang terapi kepada orang *chinese* yang bernama Gus Minging D.S., Psi. Gus Minging D.S., Psi menjadi warga negara Indonesia kemudian merintis usaha *massage* perdana di kota Solo. Berawal dari ketertarikan Gus Minging Dinamulya Setiawan Psi. yang di bimbing langsung oleh Miyata

Tetsuro Sensei, yang merupakan pemilik klinik *seitai* “Konan” di Kagoshima, Jepang. Pada akhirnya, Gus Minging D.S., Psi., mendirikan sebuah klinik terapi *seitai* yang diberi nama dengan Nakamura *Holistic Therapy*. Nakamura *Holistic Therapy* didirikan perdana pada tanggal 14 Februari 2004 di kota Solo. Berawal dari 5 (lima) terapis yang di didik langsung oleh pendiri Nakamura, Gus Minging D.S., Psi., terapi pijat yang ditawarkan oleh Nakamura dilandasi oleh ilmu terapi kuno Jepang *seitai* atau metode kiroprasi Jepang.

Pendirian perdana Nakamura *Holistic Therapy* di kota Solo, mendapatkan respon positif dari masyarakat yang belum mengetahui bahwa terapi pijat *seitai* sangat bermanfaat bagi tubuh mereka. Tak hanya itu, didirikannya Nakamura *Holistic Therapy* di kota Solo menunjukkan bahwa Nakamura *Holistic Therapy* adalah pelopor terapi *seitai* di Indonesia. Berdasarkan respon positif yang ada akhirnya Nakamura *Holistic Therapy* memutuskan untuk memperluas jasa layanan kesehatan tradisional khas Jepang ini dan mulai mengembangkan sayapnya ke berbagai kota-kota besar Indonesia.

Pada tahun 2006, Nakamura *Holistic Therapy* terpilih sebagai *official treatment* pada *International Solo Tennis Open* yang diikuti oleh 20 negara dan dibuka oleh Gubernur Jawa Tengah. Saat itu, Nakamura *Holistic Therapy* ikut berperan dalam membantu para atlet menghadapi masalah ketegangan atau cedera otot karena *overuse*. Seiring berjalannya waktu, Nakamura *Holistic Therapy* terus memperluas pelayanan kesehatan untuk masyarakat umum, termasuk masyarakat yang kurang mampu dengan terapi amal di kelurahan secara berkala, terapi gratis bagi pendonor darah pada acara Palang Merah Indonesia (PMI) dan lain lain. Kemudian sebagai

salah satu bentuk CSR (*Corporate Social Responsibility*) pada pertengahan tahun 2009 Nakamura membuka outlet di PMI Cabang Surakarta, sebagian hasil yang diperoleh disumbangkan kepada PMI.

Saat ini, Nakamura *Holistic Therapy* sudah berkembang pesat diseluruh Indonesia, yaitu antara Jakarta, Bekasi, Depok, Tasikmalaya, Batam, Balikpapan, Banjarmasin, Palu, Makasar, Ambon, Surabaya, Sidarjo, Malang, Kediri, Jember, Semarang, Salatiga, Pekanbaru, Magelang, Solo, Sragen, Klaten dan Yogyakarta.

Kota Yogyakarta terpilih menjadi salah satu kota didirikannya Nakamura *Holistic Therapy*. Dengan konsep Nakamura *The Healing Touch*, Nakamura di Yogyakarta membuka 2 cabang diantaranya di Ruko pandega permai No.2 Kentungan Mlati Sleman dan Ambarukmo Plaza LG A 33-Yogyakarta.

### C. Logo Nakamura



Sumber: Nakamura The Healing Touch

Logo Nakamura berupa logo yang bertuliskan Nakamura dengan warna merah dan di sisi kiri terdapat huruf Jepang yang berarti Nakamura *seitai*. Tagline "The Healing Touch" berada di kanan atas dengan warna hijau yang berartikan "Sentuhan Penyembuhan". Sedangkan "*Holistic Therapy*" dimaksudkan dengan penyembuhan holistik atau penyembuhan supranatural. Nama Nakamura sendiri diambil dari nama guru besar ilmu terapi *seitai*.

#### D. Ikon Nakamura

Gambar 5. Ikon Nakamura



Sumber: Nakamura The Healing Touch

Dalam gambar tersebut, terlihat dua *icon* dari Nakamura. Disebelah kiri, ada *icon* perempuan yang bernama Ichin. Yang disebelah kanan, ada *icon* laki-laki yang bernama Uchan. Kedua *icon* tersebut memiliki makna khusus bagi Nakamura, yakni keduanya diibaratkan sebagai pasien dan terapis Nakamura. Jika Ichin merupakan pasien maka Uchan merupakan terapis Nakamura, begitupun sebaliknya, jika Uchan merupakan pasien maka Ichin merupakan terapis Nakamura.

Kedua *icon* tersebut dibuat sebagai alat untuk menarik minat konsumen. Dan untuk mendukung Nakamura sebagai salah satu pijat terapi khas Jepang, hal ini dapat dilihat dari pakaian yang dipakai oleh kedua *icon* Nakamura tersebut, Ichin dan Uchan, yang mengenakan pakaian khas Jepang yakni Kimono.

#### E. Visi dan Misi Nakamura

- a. Visi Nakamura: Menjadi *market leader* di Indonesia dan internasional dalam usaha terapi kesehatan refleksi, akupresur, dan kiropraksi Jepang melalui

kerjasama dengan mitra-mitra, sehingga dapat membuka lapangan pekerjaan seluas-luasnya, serta membantu masyarakat sebanyak-banyaknya.

- b. Misi Nakamura: Membangun jaringan usaha jasa terapi kesehatan yang profesional dan berkualitas dengan mengutamakan kepuasan pelanggan, kesejahteraan karyawan, dan memiliki tanggung jawab sosial yang besar.

**F. Keunggulan Nakamura**

Nakamura menawarkan sebuah pelayanan yang nyaman bagi para konsumennya yang ingin merasakan refleksi seluruh tubuh maupun bagian tubuh tertentu yang dirasakan sakit. Akan tetapi, Nakamura memiliki keunikannya tersendiri yang tidak dimiliki oleh para kompetitornya. Sebagaimana yang menjadi slogannya, Nakamura memiliki delapan (8) keunggulan dari tempat pijat yang lain, yakni sebagai berikut.

**Tabel 3. Keunggulan Nakamura**

No	Keunggulan	Keterangan
1.	Terapis profesional	Tenaga terapis profesional pria dan wanita yang sebagian besar berlatar belakang kesehatan (D3 fisioterapi, perawat, dan kesehatan lainnya) yang dididik oleh ahli terapi dari Jepang.
2.	Tidak hanya refleksi kaki	Tidak hanya refleksi kaki, Nakamura juga menawarkan akupresur di seluruh tubuh (tangan, leher, pundak, punggung, kepala). Penambahan fokus terapi pada tulang belakang untuk menganalisa suatu penyakit (pendekatan chairopraktik dari Jepang “seitai” yang artinya penyelarasan tubuh).

3.	Aromaterapi	Essential oil dari extract tumbuhan yg digunakan selama terapi dioleskan ke kulit yg sangat baik untuk mengurangi stres dan menghaluskan kulit dan mengurangi ketegangan otot. Aromaterapi juga dilakukan dengan membakar dengan burner unik sehingga muncul semerbak aroma yang berfungsi sebagai terapi.
4.	Akupresur	Pendekatan oriental Jepang berdasarkan titik-titik akupunktur dan meridian yg tersebar diseluruh tubuh baik untuk pencegahan, perawatan dan penyembuhan dari berbagai macam penyakit.
5.	Kenyamanan	Tempat full AC didesain bertema alam sehingga para konsumen akan merasa relaks dan menghilangkan stres serta ketegangan otot.
6.	Musik terapi	Pilihan musik yang dapat mengeluarkan gelombang beta yg mampu membuat relaks dan mengurangi stress serta menciptakan keseimbangan tubuh dan jiwa.
7.	Kiropraksi	Terapi ini memfokuskan pada stimulasi di daerah sekitar tulang belakang mulai dari leher, punggung dan pinggang untuk menghilangkan rasa pegal, linu dan membantu pencegahan berbagai penyakit. Relaks dan rasa nyaman akan muncul setelah terapi.



8.	Tidak buka baju	Tidak membuka baju merupakan terapi revolusioner yang tidak mengharuskan pasien atau customer untuk membuka baju tetapi pasien akan tetap merasa nyaman. Dengan demikian terapi ini dapat diterima oleh segala kalangan mulai dari anak-anak sampai dengan orang dewasa baik yang berjilbab maupun tidak.
----	-----------------	---

Sumber: Nakamura *The Holistic Therapy*, tahun 2017

### **G. Prestasi Nakamura**

Nakamura Holistic Therapy merupakan klinik kesehatan dengan metode terapi tradisional Jepang (*seitai*). Sebagai klinik pijat kesehatan yang telah memiliki izin Dinkes No. 503/030/PT.K/04, Nakamura telah berdiri sejak bulan Februari tahun 2004 dan sudah mempunyai puluhan cabang di seluruh Indonesia. Dalam perjalanannya yang sudah menginjak 13 tahun, tak heran jika Nakamura memiliki banyak penghargaan yang telah diraih. Penghargaan tersebut antara lain sebagai berikut.

**Gambar 6. Penerimaan Penghargaan dari Kementerian Ketenagakerjaan untuk Nakamura**



Sumber: <http://nakamura.co.id/read/penghargaan-dari-kementerian-ketenagakerjaan-untuk-nakamura>, diakses pada 8 Oktober 2017

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Ketenagakerjaan memberikan apresiasi kepada sepuluh perusahaan yang mempekerjakan para penyandang disabilitas. Nakamura *Holistic Therapy* menjadi salah satu penerima penghargaan yang diberikan oleh Menteri Tenaga Kerja yang diwakili oleh Sekretaris Jenderal Kemnaker, Hery Sudarmanto pada acara pembukaan *job fair* Kemnaker di Jakarta *International Expo* (JIEXPO) di Kemayoran pada Jumat, 25 Agustus 2017. Penghargaan yang diterima langsung oleh CEO Nakamura *Holistic Therapy*, Bapak Gus Minging D.S., MBA., Psi ini menjadi inspirasi baik untuk Nakamura sendiri maupun perusahaan-perusahaan lain agar memberikan kesempatan kepada kaum penyandang disabilitas untuk berkarya dan mendapatkan kesempatan bekerja.

**Gambar 7. Penerimaan Penghargaan dari Kementerian Perdagangan RI sebagai *Finalist* acara *World Franchise Summit Indonesia***



Sumber: <http://nakamura.co.id/read/nakamura-finalis-waralaba-utama-pwi>, diakses pada 8 Oktober 2017

Penghargaan nasional didapatkan pada penghujung tahun 2016, Kementerian Perdagangan Republik Indonesia memberikan penghargaan kepada Nakamura sebagai *finalist* waralaba utama dalam rangka PWI (Penghargaan Waralaba Indonesia) yang diikuti oleh lebih dari 400 *brand* nasional. Nakamura menjadi 10 *finalist* yang berhasil masuk setelah mengikuti proses seleksi ketat dengan verifikasi dan *test* dari 11 juri yang terdiri dari ahli-ahli dibidangnya. Penghargaan diterima langsung oleh CEO Nakamura Gus Minging pada tanggal 26 November 2016 di Jakarta Convention Center dalam acara *World Franchise Summit Indonesia*.

**Gambar 8. Penerimaan Penghargaan dari Asosiasi *Franchise* Indonesia sebagai *Franchise Market Leader* 2014**



Sumber: <http://nakamura.co.id/read/nakamura-terpilih-menjadi-franchise-market-leader-2014>, diakses pada 8 Oktober 2017

Nakamura terpilih menjadi *Franchise Market Leader* 2014 dalam kategori terapi kesehatan oleh Asosiasi *Franchise* Indonesia dan Majalah *Info Franchise*. Penyerahan penghargaan tersebut dilakukan pada tanggal 30 April 2014 di *Swiss Bell Hotel*, Kemang Raya, Jakarta.

**Gambar 9. Nakamura Menerima Penghargaan sebagai TOP 8 *Franchise Start Up* 2012**



Sumber: <http://bedicorporation.blogspot.co.id/2012/12/top-8-franchise-start-up-2012.html?m=0>, diakses pada 8 Oktober 2017

Dalam acara Indonesia *Franchise Award* yang diadakan di Sari Pan *Pacific Hotel Jakarta* pada hari sabtu 15 Desember 2012, Nakamura menerima penghargaan TOP 8 Indonesia *Franchise Start up of The Year 2012*". Penghargaan diserahkan oleh Bapak Anang Sukandar sebagai Ketua Asosiasi *Franchise* Indonesia yang secara simbolis diterima oleh direktur sekaligus pendiri Nakamura, Bapak Gus Minging DS. Melalui karya dan sentuhan penghusada dan dukungan sistem yang baik, Nakamura ditunjuk sebagai salah satu nominasi *Franchise Start up of The Year 2012* bersama brand lainnya termasuk *Coffee Toffee, Simply Fresh, Quick Chicken, Super Bimbel GSC,* dan lainnya.

**Gambar 10. Nakamura Menerima Piagam Penghargaan Muri sebagai Pemrakarsa dan Penyelenggara Jasa Terapi Kesehatan**



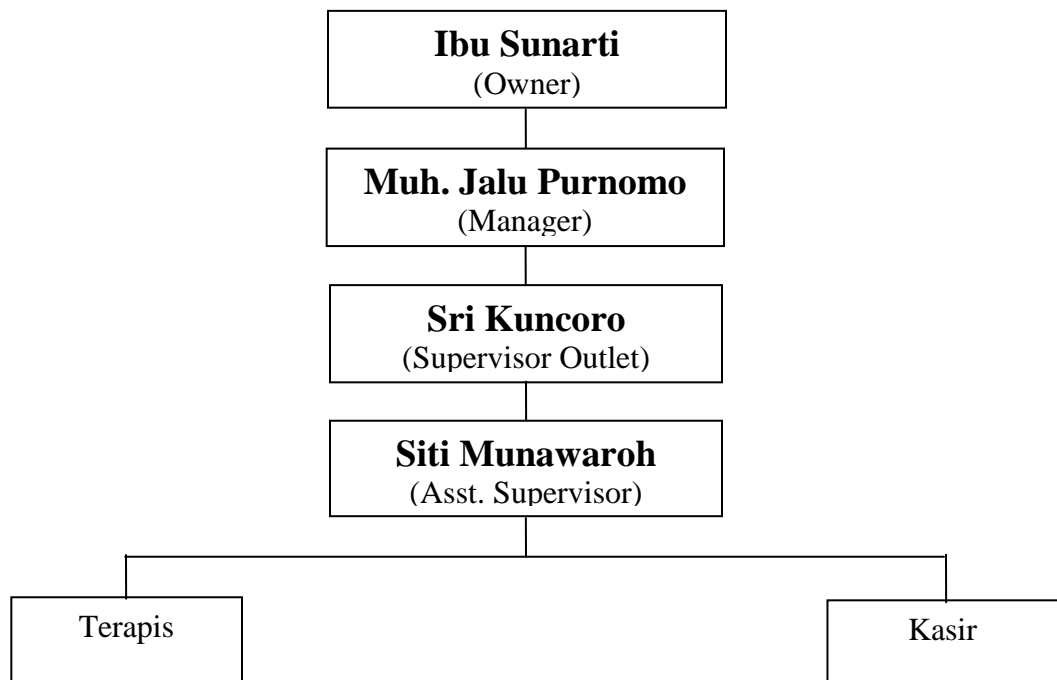
Sumber: <http://nakamurasurabaya.com/nakamura-kantongi-dua-rekor-muri/>, diakses pada 8 Oktober 2017

Pada Maret 2007, Nakamura mendapat penghargaan rekor Muri atas prestasinya sebagai pemrakarsa dan penyelenggara jasa terapi kesehatan. Di kereta api jurusan Solo–Jakarta, Nakamura memberikan layanan jasa terapi kesehatan yang meliputi refleksi, akupresure, kiropraksi dan aroma terapi selama setahun. Nakamura menjadi *healing centre* pertama yang melakukannya *nonstop* selama setahun.

Dalam jangka waktu tiga tahun, Nakamura kembali memecahkan rekor Muri pada bulan Juli 2010, dengan melakukan terapi amal dengan peserta terbanyak di semua cabang Nakamura yang tersebar di seluruh Indonesia. Nakamura *The Healing Touch* memecahkan Museum Rekor Indonesia (MURI) sebagai pemrakarsa dan penyelenggara terapi amal refleksi, akupresur, kiropraksi secara serentak di tempat terbanyak pada 27 titik yang tersebar di Indonesia.

#### H. Struktur Organisasi Nakamura *The Healing Touch* Pandega

**Bagan 2. Struktur Organisasi Nakamura *The Healing Touch* Pandega**



Sumber: Dokumentasi Nakamura *The Healing Touch* Pandega

## I. Fasilitas di Nakamura *The Healing Touch* Pandega

Klinik Nakamura memiliki fasilitas antara lain ruangan ber-AC, musik khas Jepang yang menenangkan, langit-langit bergambar awan dan langit yang biru, *bed* yang nyaman, air rendaman hangat, ruangan yang wangi hingga minuman gratis.

Adapun klinik Nakamura *The Healing Touch* menawarkan pelayanan yang dapat mengurangi keluhan gangguan kesehatan yang sering dialami pasien dengan *massage*, diantaranya adalah:

1. Terapi seluruh tubuh (120 menit) yaitu seluruh bagian tubuh anda akan diterapi dengan gabungan terapi zona, akupresur, *seitai* jepang, akupresur wajah akan membuat mencapai rileksasi yang mendalam sehingga terjadi perbaikan sel-sel tubuh yang rusak, organ dalam dan otot.
2. *Mixed treatment* (90 menit) yaitu terapi gabungan meliputi terapi zona, akupresur tangan dan *seitai* yang dipadukan sehingga menyehatkan dan membuat rileks tubuh.
3. *Seitai* jepang (60 menit) yaitu terapi difokuskan daerah sekitar tulang punggung, pundak, tangan dan kaki dengan tekanan lembut menggunakan tangan.
4. Kiropraksi leher dan pundak (30 menit) yaitu terapi dilakukan untuk menghilangkan ketegangan otot leher dan pundak.
5. Akupresur wajah (60 menit) yaitu penekanan dengan tangan dilakukan secara hati-hati dan lembut di wajah untuk menyegarkan kulit dan meremajakan aura wajah.

6. Terapi zona (60 menit) terapi ini dilakukan dengan penekanan pada sekitar telapak kaki untuk meningkatkan kesehatan organ dalam seperti lever, ginjal, lambung.
7. Akupresur tangan (30 menit) terapi dilakukan pada 6 titik meridian di tangan seperti usus besar, usus kecil, triple heaters, paru-paru, selaput jantung dan jantung.
8. Akupresur anak (60 menit) sangat cocok untuk anak usia 3-10 tahun supaya meningkatkan konsentrasi, daya ingat, kemampuan belajar, dan menstabilkan nafsu makan.
9. Terapi *ear candle* (20 menit) terapi alami dan tradisional ini menggunakan lilin kusus yang diselipan ketelinga untuk membersihkan telinga dan kotoran.
10. Terapi pelangsing perut (60 menit) yaitu pembakar lemak cepat dengan teknik terapi akupresur dan seitai untuk membuat perut mengecil secara alami dan aman, diadakan pengukuran sebelum dan sesudah terapi.

Selain jenis terapi juga ada pilihan ruang terapi, yaitu:

1. Reguler, ruangan ini luas terdiri atas 8 orang pasien.
2. Eksekutif, untuk 1-4 orang pasien.
3. VIP, ruangan khusus 1 orang pasien.

#### **J. Terapis Nakamura *The Healing Touch* Pandega**

Nakamura *The Healing Touch* Pandega memiliki terapis sebanyak 15 orang terapis yang terdiri dari 8 terapis perempuan dan 7 terapis laki-laki. Ketika pasien datang ke Nakamura, maka biasanya pasien mengeluarkan segala macam keluhan atau gejala yang dirasakannya. Untuk menangani hal tersebut, terapis melakukan



berbagai cara untuk mendiagnosa dan mencari ketidakselarasan yang terjadi di tubuh pasien. Pertama, terapis akan melihat (*miru*) posisi duduk pasien, tinggi rendahnya tulang pinggul, pundak, panjang pendeknya kaki, bentuk tulang belakang. Kedua, terapis akan melakukan *syokushin* (menyentuh) tulang belakang atau bagian tubuh lainnya dan mencari letak abnormalitas. Ketiga, terapis akan mengajukan pertanyaan (*moshin*) kepada pasien tentang gejala penyakit, riwayat penyakit dan jenis pengobatan yang pernah diterima. Berdasarkan ketiga hal tersebut, terapis Nakamura akan melakukan berbagai macam terapi untuk mengembalikan keseimbangan tubuh. Salah satu jenis terapi Seitai adalah dengan enstimulasi titik akupunktur, terapi tsubo/akupresur yang berhubungan dengan gejala penyakit dengan jari.

Lamanya terapi biasanya tergantung dari seberapa parah penyakit yang diderita pasien. Secara umum, pengobatan Jepang membutuhkan waktu yang relatif lebih lama dari pada pengobatan lainnya karena sifatnya pasien menyembuhkan penyakit dengan daya tahan tubuhnya sendiri. Terapis hanya membantu pasien untuk membangkitkan daya sembuh alaminya. Lama 1x terapi bervariasi dari 30 menit sampai dengan 120 menit. Rutinitas pasien untuk menerima terapi merupakan kunci keberhasilan dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Untuk pencegahan penyakit atau keluhan pasien datang kembali, biasanya terapis akan menyarankan 1 minggu 1-2 kali terapi, sedangkan untuk perawatan dan penyembuhan maka terapis akan menawarkan 2-3 kali terapi dalam seminggu.