

DAFTAR TABEL

| | Hal |
|--|-----|
| Tabel 2.1 Kategori Nilai Paparan pada Bagian Tubuh | 25 |
| Tabel 2.2 Kategori Tingkat Paparan dan Tindakan | 25 |

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

DAFTAR GAMBAR

| | Hal |
|---|-----|
| Gambar 2.1. <i>The Trauma Bucket Theory</i> | 4 |
| Gambar 2.2. <i>Nordic Body Map</i> | 6 |
| Gambar 2.3 Mekanisme gangguan muskuloskeletal | 7 |
| Gambar 2.4 Postur Kerja Pada Tangan yang Menyebabkan <i>Tendinitis</i> | 8 |
| Gambar 2.5 Postur Kerja Pada Tangan yang Menyebabkan <i>Carpal Tunnel Syndrome</i> | 9 |
| Gambar 2.6 Postur Kerja Pada Tangan yang Menyebabkan <i>Trigger finger</i> .. | 9 |
| Gambar 2.7 Postur Kerja Pada Tangan yang Menyebabkan <i>Epicondylitis</i> ... | 10 |
| Gambar 2.8 Posisi Kerja yang Berisiko Pada Bahu | 11 |
| Gambar 2.9 Posisi Kerja yang Berisiko Pada Leher | 11 |
| Gambar 2.10 Posisi Kerja yang Menyebabkan Cidera Pada Punggung | 12 |
| Gambar 2.11 Posisi Kerja yang Menyebabkan Cidera Pada Lutut | 13 |
| Gambar 2.12 Postur Tubuh Janggal | 14 |
| Gambar 2.13 Senam 4-Before | 20 |
| Gambar 2.14 Tabulasi penilaian QEC pada bagian punggung | 24 |
| Gambar 4.1 Aktivitas kerja sehari-hari para pekerja | 42 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Hal |
|-----------------------------|-----|
| Kuesioner Penelitian | 51 |
| Data Hasil Kuesioner | 57 |
| Hasil Pengolahan Data | 58 |
| Surat Lolos Kaji Etik | 69 |

UNIVERSITAS TANJUNGPURA