

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Herniated Disc .....	16
Gambar 2.2. Anatomy dan Susunan Saraf Tulang Belakang Manusiain .....	25
Gambar 2.3. Beban Angkat Yang Direkomendasikan Oleh Standar Health .....	29
Safety Excecutive	
Gambar 2.3. Sikap Postur Tubuh Yang Salah Saat Mengangkat Beban .....	33
Gambar 2.3. Sikap Postur Tubuh Yang Benar Saat Mengangkat Beban .....	33