

Inovasi bantu pelajar

PENGGUNAAN kerusi dan meja yang bersesuaian dengan bentuk fizikal seseorang amat penting bagi mewujudkan keselesaan, malah dapat mengurangkan kemungkinan terdedah kepada risiko ergonomik yang boleh menjejaskan kesihatan.

Menurut pensyarah dan penyelidik Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Putra Malaysia (UPM), **Prof. Madya Dr. Shamsul Bahri Md. Tamrin**, kanak-kanak terutama seharusnya menggunakan kerusi dan meja yang bersesuaian dengan bentuk fizikal atau postur badan mereka.

Katanya, penggunaan kerusi dan meja yang tidak bersesuaian dengan bentuk fizikal badan bagi tempoh jangka yang panjang boleh mengundang sakit



SHAMSUL BAHRI MD. TAMRIN

Musculoskeletal Disorders (MSDs) iaitu kecederaan yang menjejaskan pergerakan badan atau sistem *musculoskeletal*, yang kebiasaannya akan dirasai apabila meningkat dewasa.

Beliau berkata, hasil kajiannya yang dijalankan terhadap 843 pelajar di 10 buah

sekolah rendah di Selangor, Pahang, Johor dan Perak mendapati ramai responden yang mengadu sakit antaranya pada leher, bahu dan tengkok kerana postur badan mereka tidak sesuai dengan kerusi dan meja serta kesan daripada bebanan berat beg sekolah yang dibawa.

Menurutnya, satu kajian lain pula mendapati berat beg yang dibawa oleh kanak-kanak sekolah rendah di negara ini, adalah lebih 15 peratus daripada berat badan mereka.

"Beg itu pula ketika di dalam kelas, kebiasaannya diletakkan di bangku atau kerusi menyebabkan ruang untuk duduk pula terhad, yang sekali gus menimbulkan ketidakelesaan kepada



PENGGUNAAN meja yang membantu keselesaan pelajar.

BAHAGIAN atas meja Ergo Kid boleh dicondongkan untuk memudahkan murid menulis dan membaca buku di atasnya.



tidak mengikut jadual waktu sebaliknya membawa kesemua buku setiap hari yang menyebabkan beg sekolah mereka berat.

"Dengan adanya laci yang berkunci, mereka boleh menyimpan buku yang tidak digunakan untuk membuat kerja rumah atau ulang kaji di sekolah," katanya.

Papan yang digunakan untuk meja katanya, adalah *chipboard* yang dilapiskan dengan corak kayu di permukaannya.

Beliau berkata kerusi dan meja prototaip dibangunkan pada 2009 untuk kelas Tahun 1 hingga Tahun 6, sebelum dibuat penambahbaikan pada tahun berikutnya.

Katanya, kerusi itu dilengkapi tempat meletak tangan dan penyokong lumbar (*lumbar support*) yang menyerap dan mengampu berat di bahagian belakang bawah badan.

pelajar," katanya.

Justeru, beliau tampil dengan reka bentuk kerusi mudah laras dan meja yang bahagian atasnya boleh dicondongkan untuk mudah membaca dan menulis.

Meja Ergo Kid itu turut dilengkapi dua laci berserta kunci untuk membolehkan pelajar menyimpan buku. Ini bertujuan mengurangkan berat beban beg pelajar kerana buku boleh disimpan di dalam kelas.

"Ramai dalam kalangan pelajar di peringkat awal persekolahan rendah

MEJA dilengkapi laci berkunci.

