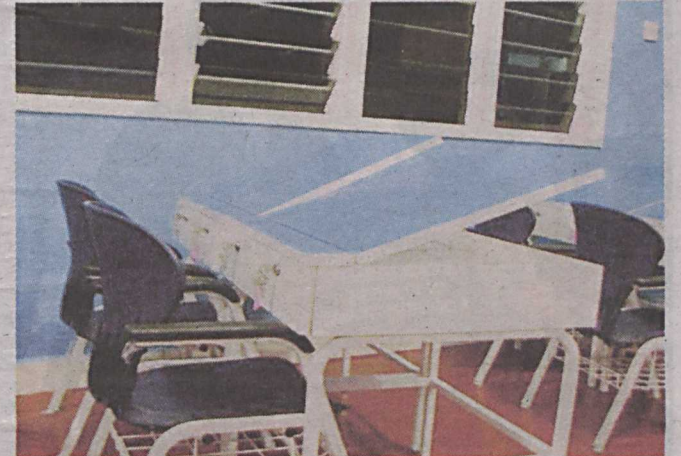


## inovasi



Beg sekolah yang diletakkan di atas kerusi memenuhi sebahagian tempat duduk pelajar.



Permukaan meja 'Ergo Kid' boleh dicondongkan untuk memudahkan pelajar menulis dan membaca.



Meja 'Ergo Kid' dilengkapi laci berkunci.

# Meja 'Ergo Kid' beri keselesaan pelajar

Oleh Azman Zakaria  
bhvarsiti@bh.com.my

### Serdang

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

Pensyarah serta penyelidik Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Putra Malaysia (UPM), Prof Madya Dr Shamsul Bahri Md Tamrin, berkata lebih-lebih lagi kanak-kanak harus menggunakan kerusi dan meja bersesuaian dengan bentuk fizikal atau postur tubuh badan mereka.

Beliau berkata, penggunaan kerusi dan meja tidak bersesuaian

dengan bentuk fizikal badan dalam jangka panjang boleh mengundang sakit Musculoskeletal Disorders (MSDs), iaitu kecederaan menjejaskan pergerakan badan atau sistem 'musculoskeletal' yang lazimnya dirasai apabila meningkat dewasa.

Katanya, hasil kajian beliau terhadap 843 pelajar di 10 sekolah rendah sekitar Selangor, Pahang, Johor dan Perak mendapati ramai responden mengadu sakit, antaranya pada leher, bahu dan tengkuk, kerana postur badan tidak sesuai dengan kerusi dan meja serta kesan beban beg sekolah yang dibawa.

**Ruang duduk terhad**  
Beliau berkata, satu kajian lain pula mendapati beban beg dibawa kanak-kanak sekolah rendah di negara ini adalah 15 peratus melebihi berat badan mereka.

### info

#### Meja 'Ergo Kid'

- Permukaan boleh dicondongkan.
- Dilengkapi laci berkunci.
- Papan adalah 'chipboard' yang dilapiskan dengan corak kayu pada permukaan.
- Prototaip dibangunkan pada tahun 2009.
- Penambahbaikan dilakukan pada tahun 2010.

"Ketika di dalam kelas pula, beg itu biasanya diletakkan di atas bangku atau kerusi menyebabkan ruang duduk terhad, sekali gus menimbulkan ketidakselesaan kepada pelajar," katanya.

Bagi membantu mengatasi masalah itu, Dr Shamsul Bahri menampilkan reka bentuk kerusi mudah laras dan meja yang permukaannya boleh dicondongkan mengikut kesesuaian aktiviti membaca serta menulis.

Meja dinamakan 'Ergo Kid' itu turut dilengkapi dua laci berserta kunci untuk membolehkan pelajar menyimpan buku di sekolah yang secara langsung dapat mengurangkan beban beg.

**Simpan buku di sekolah**  
"Ramai pelajar peringkat awal persekolahan rendah tidak



Ramai pelajar peringkat awal persekolahan rendah tidak mengikut jadual waktu, sebaliknya membawa semua buku setiap hari menyebabkan beg sekolah mereka berat."

**Prof Madya Dr Shamsul Bahri Md Tamrin,**  
Pensyarah serta penyelidik Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan UPM

mengikut jadual waktu, sebaliknya membawa semua buku setiap hari menyebabkan beg sekolah mereka berat.

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

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

Beliau berkata, papan meja terbabit adalah 'chipboard' yang dilapiskan dengan corak kayu pada permukaannya. Katanya, kerusi itu pula dilengkapi tempat meletak tangan dan penyokong lumbar yang menyerap serta mengampu berat pada bahagian belakang bawah badan.