

BASIKAL LAJAK BERGAYA NAMUN BERBAHAYA!

Ibu bapa tidak harus tunduk kepada semua kemahuan anak-anak



Basikal lajak tidak mempunyai ciri-ciri ergonomik.

Perkembangan pelbagai inisiatif bagi mendepani Industri 4.0 di Malaysia turut menunjukkan pengiktirafan kepada bidang kejuruteraan dalam mengubah kehidupan manusia.

Pelbagai produk akan tercipta bagi memenuhi keperluan pengguna khususnya masyarakat di Malaysia. Pertalian antara kejuruteraan dan manusia membawa kepada pendekatan ergonomik. Ergonomik merujuk kepada reka bentuk peralatan dan persekitaran yang bertujuan meminimumkan kesakitan dan ketidakselesaan.

Pendekatan ergonomik amat bermakna kepada semua pemegang taruh dalam keterujaan meraikan kedatangan gelombang

Industri 4.0. Tumpuan terhadap pelaburan dalam teknologi pengkomputeran dan automasi tidak akan bermakna sekiranya kesejahteraan masyarakat dikesampingkan. Kesejahteraan dapat dicapai apabila minimumnya gangguan otot rangka (muskuloskeletal) dan pelbagai simptom anggota bahagian atas badan, bawah badan dan kepala.

Inilah penyakit membimbangkan yang mendepani generasi muda pada masa hadapan khususnya kepada anak-anak penggemar aktiviti basikal lajak.

SUKA MENCUBA

Secara semula jadi, anak-anak awal usia remaja ada sahaja onarnya. Mereka ini aktif, kreatif dan sentiasa tinggi tahap adrenalinnya. Oleh yang demikian, mencuba sesuatu yang baharu dan pelik adalah kegilaan mereka. Antara yang masih hangat diperkatakan dan menjadi trend kepada anak-anak setahun

jagung ini adalah menunggang basikal lajak.

Entah dari mana dan siapa yang memulakan jenis basikal ini sukar dikenal pasti asal-usulnya. Menurut pelbagai laporan di dada akhbar, fenomena basikal lajak ini telah lama wujud di Malaysia, iaitu kira-kira 10 - 15 tahun dahulu. Penunggangnya pula adalah dalam kalangan anak-anak sekolah berusia 12 hingga 16 tahun.

Sebelum ini basikal lajak tidaklah begitu popular sehinggalah seramai 8 remaja penunggang basikal lajak terbunuh akibat kemalangan di Jalan Lingkaran Dalam Johor Bahru pada 18 Februari 2017. Ini bukanlah satu-satunya kes kemalangan maut melibatkan penunggang basikal lajak.

Kemalangan demi kemalangan berlaku di seluruh negara sehingga memaksa pasukan keselamatan seperti PDRM membuat operasi khusus bagi membendung kegilaan remaja berbasikal lajak.

TIDAK ERGONOMIK

Apa itu basikal lajak? Secara ringkasnya basikal ini adalah basikal yang diubahsuai pada bahagian-bahagian tertentu. Basikal Chopper adalah jenis basikal yang menjadi pilihan untuk diubahsuai menjadi basikal lajak. Kebiasaannya, pengubahsuaian dibuat kepada pemegang dan rim basikal. Bagi yang terlebih kreatif, badan basikal ditebuk dan dimasukkan simen agar basikal menjadi lebih berat.

Antara ciri-ciri penting yang perlu ada pada basikal lajak ini, ia mestilah rendah, memiliki rim plastik yang ringan, mempunyai pemegang yang lurus, tiada brek dan tiada lampu. Belanja bagi mengubahsuai basikal menjadi basikal lajak adalah pelbagai mengikut kemampuan

Sebuah basikal akan dikatakan mempunyai ciri-ciri ergonomik apabila ia mempunyai ciri-ciri berikut:

- 1 Ia memberi keselesaan kepada penunggangnya terutamanya di bahagian otot belakang, otot bahu, tangan, punggung, kaki dan otot perut. Tekanan yang berlebihan kepada mana-mana bahagian tubuh badan ini akan menyebabkan ketidakselesaan, kesakitan dan kecederaan.
- 2 Ia memberikan kedudukan tubuh badan yang dinamik dengan mengizinkan tulang belakang si penunggang berada dalam bentuk 'S'. Jika tulang belakang penunggang berada dalam keadaan melengkung, ia akan menyebabkan kesakitan.
- 3 Ketinggian basikal mestilah bersesuaian dengan ketinggian penunggangnya. Aspek yang perlu diberi perhatian adalah ketinggian rangka, tempat duduk dan pemegang. Pastikan tempat duduk dan pemegang boleh dilaraskan.
- 4 Ketinggian tempat duduk mestilah membolehkan kaki penunggang diluruskan apabila basikal berada dalam keadaan statik. Semasa basikal bergerak, lutut sepatutnya boleh dibengkokkan sedikit.
- 5 Ketinggian pemegang basikal yang sesuai dalam semua keadaan adalah yang mengizinkan kedudukan tulang belakang, bahu dan tangan penunggang berada dalam kedudukan 90 darjah.



pemilikinya. Paling murah biasanya ratusan ringgit, namun ada kalanya mencecah ribuan ringgit.

Adakah basikal lajak ini mempunyai ciri-ciri ergonomik? Jawapannya sudah terang lagi bersuluh... pastilah tidak! Dengan ketinggian basikal kira-kira 60 sentimeter (2 kaki), ia menyebabkan kedudukan tubuh badan si penunggang bongkok dan lutut terlipat serta melebihi ketinggian pemegang basikal semasa menunggang. Ditambah dengan ketiadaan brek dan lampu keselamatan, basikal ini amat bahaya jika ditunggang menuruni bukit dan pada waktu malam.



PROFESOR DR ZAFIR KHAN MOHAMED MAKHUBUL

Timbalan Dekan
Fakulti Ekonomi dan Pengurusan
Universiti Kebangsaan Malaysia

