

ICT TALK - Siri 2/2011

19 Jan. 2011

Tips Penjagaan Komputer (PC) dan Komputer Riba (Laptop)

Komputer (PC)

1. Jangan terlalu kerap **'ON'** dan **'OFF'** komputer.
2. Tempatkan komputer di bilik berhawa dingin, di tempat yang stabil dan tetap/kekal.
3. Elakkan daripada getaran meja kerana ia boleh merosakkan komponen elektronik.

- 4. Jauhkan sebarang cecair (makanan/minuman) dari komputer kerana minuman yang tertumpah ke atas *keyboard* / masuk dalam komputer akan merosakkan komponen dalaman komputer.**
- 5. Elakkan komputer dari terkena sinaran cahaya matahari.**

**6. Habuk adalah musuh komputer.
Habuk halus yang masuk ke
motherboard akan memendekkan
hayat komputer. Bersihkan habuk dari
dalam komputer menggunakan *vacum
cleaner* berkuasa rendah.**

- 7. Habuk juga boleh memasuki pemacu CD menyebabkan ia tidak dapat digunakan.**
- 8. Asap rokok juga mendatangkan kesan yang sama seperti habuk tadi. Merokok bukan sahaja tidak sihat pada kesihatan anda, bahkan juga kepada kesihatan komputer anda.**

9. **Tambahkan kipas tambahan dalam komputer untuk menyejukkan komputer.**
10. **Gunakan AVR (Automatic Voltage Regulator) untuk menstabilkan aliran elektrik ke komputer. Bekalan elektrik bukannya tetap 230V, kerana ada ketikanya terkurang / terlebih voltan yang dialirkan ke komputer terutama ketika berlakunya petir.**

11. *Back up* segala data penting.

12. *Scan hard disk* sekurang-kurangnya sebulan sekali untuk memastikan tiada sebarang perisian (software) bermasalah.

13. **Scan virus dengan perisian anti- virus sekurang-kurangnya sekali sebulan.**
14. **Digalakkan menformat *hard disk* kepada lebih dari satu *partition*, satu untuk kerja harian dan satu lagi sebagai *back up*.**

Komputer Riba (*Laptop*)

1. Bateri

- * **Elakkan daripada penggunaan bateri.**
- * **Komputer riba lebih sejuk tanpa haba dari bateri.**
- * **Jika bateri sudah habis dicas, digalakkan menggunakan kuasa dari *adapter.***

- * Pastikan bateri berada di bawah 10 peratus sebelum dicas semula.**
- * Jika terlalu kerap dicas, bateri akan kehilangan keupayaan menyimpan tenaga di bawah 50 peratus.**

2. Papan Kekunci (*Keyboard*)

* Letakkan sekeping kertas A4 di atas *keyboard* setiap kali tidak menggunakannya, untuk menghindarkan *keyboard* daripada dihinggapi habuk.

* Seseekali lapkan *keyboard* dengan perlahan-lahan. Jangan terlalu kasar untuk mengelakkan butang kekunci daripada rosak.

- * **Gunakan berus untuk buang habuk di celah-celah *keyboard*.**
- * **Kalau boleh gunakan *keyboard* dan tetikus (mouse) berasingan supaya kita tidak terlalu kerap menggunakan *keyboard* di komputer riba.**

3. Skrin LCD

* Lapkan ia selalu kerana mudah dihindangi habuk.

* Setkan pada *power management* '**Turn Off monitor in ... minutes**'.

- * **Elakkan menyentuh skrin dengan jari kerana kesan jari yang berminyak sukar untuk dibersihkan.**
- * **Jangan letakkan jari di skrin kerana ia boleh menyebabkan *dead pixel*.**

4. Haba Panas

- * Pastikan komputer riba anda ada ruang untuk mengeluarkan haba panas.
- * Perlu diingat , komputer riba mempunyai ruang simpanan yang kecil berbanding komputer.
- * Penggunaan *cooling pad* boleh menyahkan haba.

5. Port

- * Sentiasa dibersihkan kerana mudah dimasuki habuk.**
- * Gunakan berus untuk membuang habuk.**
- * Pastikan suis dimatikan ketika membuat pembersihan.**

6. Tip tambahan :

- * Elakkan mengalih/mengubah kedudukan *laptop* semasa dihidupkan, bagi mengelakkan *hard disk* dari cepat rosak.
- * Jangan letak *laptop* di atas katil kerana ia boleh menghalang pengaliran udara ke *processor* , bagi sesetengah *laptop* yang mempunyai pengudaraan di bawah

6. Tip tambahan :

- * **Ketika meninggalkan *laptop* dalam kereta cabut bateri *laptop* dan bawa *laptop* atau bateri bersama keluar daripada kereta kerana bateri *laptop* mengeluarkan gelombang yang boleh dikesan oleh alat pengesanan khas.**

- * **Banyak kes kecurian *laptop* di dalam kereta, di mana hanya *laptop* sahaja yang hilang, walau pun diletakkan di tempat yang tidak dapat dilihat dari luar.**
- * **Jangan letakkan *laptop* berdekatan sumber kuasa elektrik yang besar.**

10 Tips Penjagaan Mata Bagi Pengguna Komputer

1. Lakukan pemeriksaan mata.
2. Gunakan pencahayaan yang bersesuaian.
3. Kurangkan silau.
4. Tukarkan *monitor* kepada *LCD flat screen*.
5. Ubahsuai *contrast* tulisan dengan *background*.

- 6. Kelipkan mata dengan kerap.**
- 7. Rehatkan pandangan.**
- 8. Luangkan masa untuk berehat seketika.**
- 9. Ubahsuai susunan meja kerja.**
- 10. Memakai cermin mata khas untuk penggunaan komputer.**

SUMBER :

- **Portal Pendidik**

<http://www.mypendidik.net/portal/index.php>

- **Informatic Zone**

[http://informsfpm.blogspot.com/2009/09/senaman-ringan-bagi-pengguna-](http://informsfpm.blogspot.com/2009/09/senaman-ringan-bagi-pengguna-komputer.html)

[komputer.html](http://informsfpm.blogspot.com/2009/09/senaman-ringan-bagi-pengguna-komputer.html)