

Atlet pecut ingin jadi cikgu sekolah

AURA
Idola

Oleh FARID AHMAD TARMUJI

DALAM lapangan olahraga tanah air, Zaidatul Husniah Zulkifli, 31, bukanlah satu nama yang asing. Malah, dia turut digelar sebagai Ratu Pecut Negara masa kini dan telah menghadihkan beberapa pingat untuk Malaysia dalam beberapa kejohanan yang disertai.

Ternyata, pilihannya untuk terlibat secara serius dalam dunia olahraga adalah sesuatu yang tepat dilakukan olehnya.

"Sebenarnya ketika kecil saya langsung tidak menaruh impian untuk menjadi atlet negara.

"Namun begitu, saya aktif bersukan sejak di bangku sekolah rendah lagi dan apabila nama saya semakin meningkat naik sehingga menjadi atlet negara dalam sukan olahraga ia menjadi satu kebanggaan buat saya," katanya yang mesra dengan panggilan Adeq kepada Aura.

Berkongsi lanjut tentang penglibatannya dalam sukan itu sehingga mendapat gelaran Ratu Pecut Negara, Adeq berkata, bapanya yang juga merupakan pesara tentera memberi sokongan 100 peratus kepadanya untuk terlibat secara serius.

Bagi membolehkan dia mendapat pendedahan secara formal dalam sukan itu, dia kemudiannya melanjutkan pelajaran peringkat menengah di Sekolah Menengah Kebangsaan Mutiara Impian yang merupakan sebuah sekolah sukan di Pulau Pinang.

Bakatnya mula dikembangkan apabila memasuki sekolah sukan tersebut dan dia kemudian mula mewakili Pulau Pinang untuk beberapa kejohanan besar seperti Sukan Malaysia (Sukma).

Kejohanan besar lain yang disertai ialah Asia School Games dan kemudian namanya mula meningkat naik.

"Ayah saya banyak menyokong penglibatan saya dalam sukan ini dan yang 'push' saya untuk masuk sekolah sukan.

"Emak pada ketika itu dia kurang sedikit menyokong dan mahu saya fokus kepada pelajaran, tetapi lama-kelamaan apabila pencapaian saya semakin meningkat, emak saya menyokong saya sepenuhnya," jelasnya yang berasal dari Alor Setar, Kedah.

Dalam sukan olahraga, dia menyertai acara 100 meter, 200 meter dan 4x100 meter. Kesemua acara itu adalah kegemarannya dan dia telah menyumbang banyak pingat buat negara untuk semua acara itu.

Malah, sepanjang terlibat dalam



- Zaidatul Husniah Zulkifli**
- Berasal dari Alor Setar, Kedah
 - Menyertai acara 100 meter, 200 meter dan 4x100 meter
 - Beraksi di Sukan Olimpik Rio de Janeiro, Brazil pada 2016
 - Menyumbang lima pingat dalam enam penampilan di Sukan SEA
 - Membantu kuartet wanita 4x100 merah gangsa dalam Sukan Asia Hangzhou 2022
 - Mempunyai Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Jasmani dan Kesihatan dari Universiti Putra Malaysia

Foto: KOLEKSI
Zaidatul Husniah
Layout: HEZRIE GHAFAR

enam Sukan Asia Tenggara (Sukan SEA), Zaidatul Husniah telah menghadihkan pingat untuk negara.

"Dalam enam Sukan SEA yang disertai, lima daripadanya saya telah menyumbang pingat buat negara dan saya tidak dapat menyumbang hanya pada Sukan SEA Myanmar.

"Saya cuma belum dapat menyumbang pingat emas buat negara untuk Sukan SEA dan salah satu impian saya adalah untuk menyumbang pingat emas pada Sukan SEA akan datang tidak kisah untuk apa acara sekalipun, tetapi saya juga tidak mahu meletakkan impian yang terlalu tinggi," ujarnya.

Saat diminta menceritakan tentang pengalaman manis sepanjang terlibat dalam sukan olahraga, Adeq berkata, dapat beraksi di Sukan Olimpik menjadi kenangan yang tidak dapat dilupakan.

Dia telah melakukan penampilan pada Sukan Olimpik 2016 di Rio de Janeiro, Brazil.

"Sukan Olimpik adalah satu kejohanan yang paling besar dan saya sendiri tidak menyangka akan mendapat tiket *world card*."

"Ia sentiasa akan menjadi satu kenangan manis dalam karier saya," katanya.

Selain itu, pada 2017, Zaidatul Husniah berjaya memecahkan rekod 100 meter milik G. Shanti dalam Kejohanan ASA Speed Series 2, Bloemfontein, Afrika Selatan, namun percubaannya tujuh tahun lalu di Afrika Selatan itu tidak diiktiraf disebabkan menerima bantuan angin.

Zaidatul Husniah berkata, dia juga pernah melalui kenangan pahit apabila mendapat kecederaan ligamen krusiat anterior (ACL).

"Saya mendapat kecederaan ACL



Zaidatul Husniah sering menyumbang pingat kepada kontinjen negara pada temasya Sukan SEA.



WANITA berasal dari Alor Setar, Kedah ini mengakui turut meminati dunia kejurulatihan.

sewaktu melakukan latihan mengangkat berat di gimnasium dan perlu melakukan pembedahan.

"Untuk kembali pulih, saya perlu berehat hampir setahun dan untuk mengembalikan momentum selepas itu agak sukar dan saya banyak kali kalah.

"Saya bersyukur ketika kecederaan itu dunia sedang dilanda Covid-19 dan negara kita melaksanakan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP), jadi tidak banyak kejohanan dianjurkan," ulasnya yang juga merupakan duta untuk pakaian sukan Under Armour.

Sementara itu, meskipun rutin harian sibuk dengan latihan atlet, Adeq juga tidak melupakan tentang betapa pentingnya pelajaran. Dia melanjutkan pengajian peringkat Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Jasmani dan Kesihatan di Universiti Putra Malaysia (UPM).

Setelah lapan tahun mengimbangi masa antara sukan dan pelajaran dia akhirnya berjaya menamatkan pengajian pada tahun lalu.

Adeq mengakui menjadi atlet sepenuh masa dan dalam masa sama melanjutkan pengajian memberikan satu cabaran buatnya.

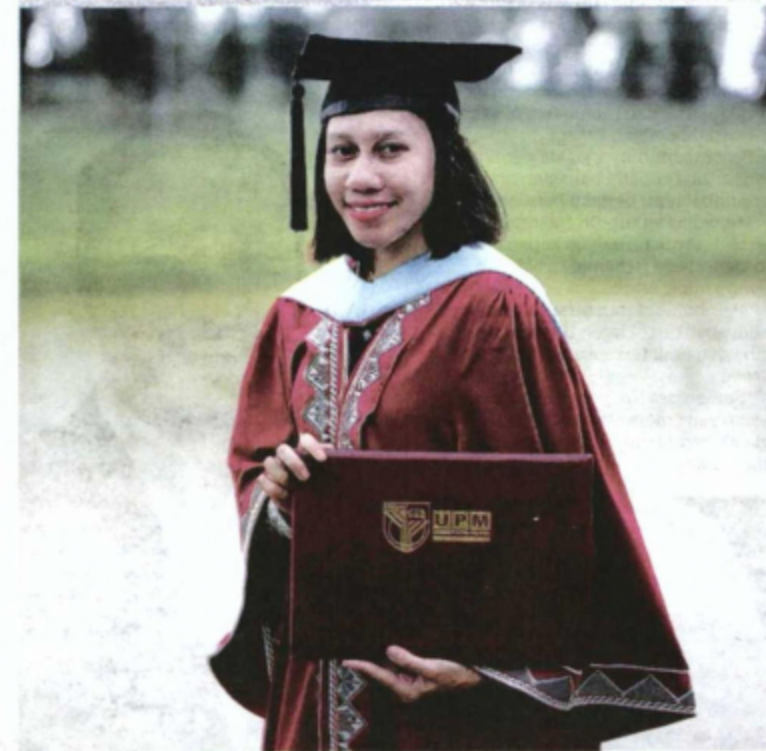
"Untuk melakukan dua perkara dalam satu masa, kita harus bijak untuk mengatur masa. Dalam masa yang sama pengajian di UPM lebih fleksibel dan atlet-atlet sukan yang belajar di situ mendapat sedikit kelonggaran.

"Berbanding pelajar lain kami boleh mengurangkan jumlah kredit dan sekali gus mempunyai masa untuk menjalani latihan dan menyertai kejohanan," terangnya.

Kongsinya, untuk masa hadapan setelah bersara dalam dunia olahraga dia mempunyai hasrat untuk menjadi seorang cikgu sekolah atau pendidik kerana dahulu ibu bapanya pernah ingin melihat dia menjadi guru atau pendidik.

"Masa kecil juga saya tidak pernah terfikir menjadi pendidik, tetapi ibu bapa saya yang mahu saya menjadi pendidik," ungkapnya.

Zaidatul Husniah juga mengakui minat dengan dunia kejurulatihan dan ingin mencurahkan segala ilmu dan pengalaman dimiliki untuk melahirkan lebih ramai atlet pecut wanita negara.



DALAM pada kesibukan menjalani latihan dan kehidupan sebagai atlet, Zaidatul Husniah berjaya menggenggam Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Jasmani dan Kesihatan dari UPM.

Mengenai pasangan hidup, Zaidatul Husniah telah berkahwin dengan bekas atlet lari berpagar, Muhamad Firdaus Mazalan pada tahun 2020.

Kongsinya, untuk mencuba sesuatu yang baharu dalam hidupnya, dia akan menyertai larian Under Armour Dual Race esok.

"Ini adalah kali pertama saya

menyertai larian jarak jauh dan ini adalah satu pengalaman baharu buat saya dan saya harus mencubanya.

"Sebenarnya terdapat banyak perbezaan antara maraton dan acara pecut terutamanya dari segi latihan dan saya sudah bersedia dengan pelbagai latihan untuk larian jarak jauh ini," terangnya.