

» *Minat mendalam dalam bidang olahraga tidak halang cemerlang akademik*

Oleh **Khairina Yasin**

kayrina@bharian.com.my

Rutin harian Hurraini Ismail bermula seawal jam 7 pagi dengan berlari dari kolej kediamannya menuju ke Bukit Ekspo, Universiti Putra Malaysia (UPM) selama setengah jam. Pada sebelah petang pula, beliau kembali ke stadium meneruskan latihan larian bersama jurulatih demi tanggungjawab sebagai atlet olahraga UPM.

Tidak merungut, malah selesa dengan kehidupan dilalui di kampus, mahasiswa Sarjana Muda Sains Haiwan itu tidak menyangka beliau mampu pergi jauh dalam sukan olahraga.

"Pada awalnya, saya aktif menyertai sukan ragbi, bola jaring serta bola baling pada peringkat kolej dan kelibat saya mendapat perhatian seorang daripada jurulatih sukan universiti.

Langkah Hurraini

"Beliau kemudian mencadangkan kepada saya untuk membabitkan diri dalam sukan olahraga di bawah seliaannya sehingga terpilih mewakili universiti dan berjaya mengharumkan nama UPM dalam acara olahraga di pelbagai kejohanan sukan," katanya.

Manfaatkan latihan

Sebagai pelari, katanya, persediaan mental dan fizikal khususnya dalam aspek stamina penting bagi memastikan larian yang sempurna.

Justeru, beliau sama sekali tidak meminggirkan rutin harian dan latihan bersama dengan jurulatih pada setiap hari bagi memastikan stamina yang stabil selain memantapkan teknik larian.

"Saya juga aktif menyertai maraton atau larian jarak jauh bagi membangunkan potensi diri dan meningkatkan persembahan larian. Paling penting dalam larian ialah posisi badan serta teknik

pernafasan dan larian selain persediaan mental dan fizikal.

"Memenangi kejohanan bukan matlamat saya menyertai maraton, sebaliknya ingin meraih pengalaman menerusi manfaat riadah, memperbaiki rekod peribadi, mengenali rakan baru dan berjumpa teman larian," katanya.

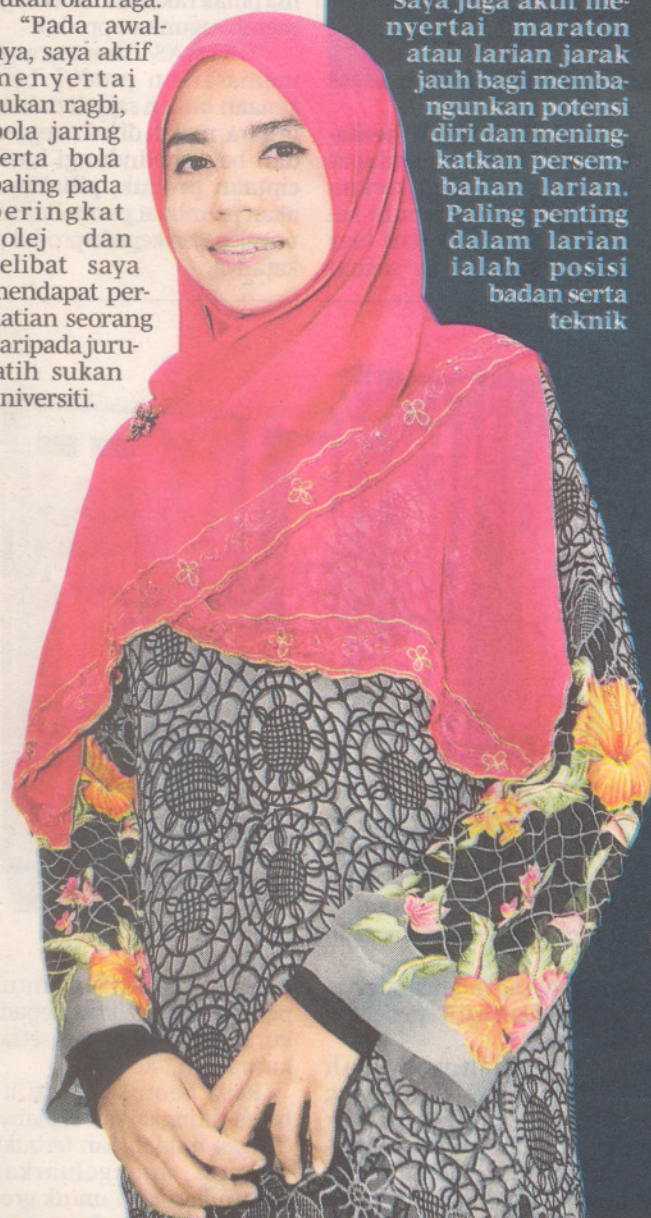
Antara kejohanan maraton yang pernah disertai Hurraini ialah Nike Run 10km 2011, Malakoff Run 7km 2011, Adidas Run 2011, Bareno Run 2011 dan Energizer Night Run 2011 dengan pencapaian terbaik pernah dicapai ialah tersenarai sebagai 10 pelari terbaik dalam Nike Run dan Malakoff Run.

Belum berpuas hati dengan pencapaian itu, beliau berazam untuk meneruskan impian bergelar pelari terbaik tempatan dan mahu membuktikan keringat wanita dalam acara yang cukup sinonim dalam golongan lelaki.

Pelajar cemerlang

Biarpun sibuk dengan sukan, Hurraini tidak pernah mengeneipkan kepentingan akademiknya demi memastikan pencapaian seimbang antara akademik dan kokurikulum.

Kini berada pada tahun akhir pengajian, beliau menumpukan kepada penyediaan tesis pengajiannya yang mengupas mengenai penggunaan herba Habbatus



PROFIL

Nama: Hurraini Ismail

Tarikh Lahir:
3 Februari 1988

Asal: Kuala Lumpur

Pendidikan:

- Diploma Sains Haiwan dan Pengeluaran, UPM Kampus Bintulu
- Ijazah Sarjana Muda Pertanian (Sains Haiwan), UPM

Pencapaian:

- Anugerah Naib Canselor, UPM 2008/2009
- Anugerah Kepujian Dekan 2008/2009, 2009/2010
- Anugerah Kesatria Seni, Kolej Sri Rajang UPM
- Olahragawati Kejohanan Olahraga UPM 2010
- Pemenang pingat emas acara 4x400 dan 4x100, Majlis Sukan Malaysia
- Peserta 10 Terbaik Nike Run 10km 2011 dan Malakoff Run 7km 2011

Sauda sebagai sumber alternatif kepada penggunaan antibiotik ke atas ayam berdaging.

Katanya, kajiannya kini masih pada peringkat makmal, namun dapatan awal menunjukkan keputusan yang cukup positif dan dijangka mampu memberi manfaat dan kelebihan kepada industri penternakan negara.

“Pendedahan penyelidikan sebegini kepada saya sebagai mahasiswa prasiswazah cukup signifikan dalam meraih pengetahuan dan pengalaman baru yang boleh dimanfaatkan apabila mene-

ruskan pengajian pascasiswazah.

“Baik dalam bidang pengajian apa sekali pun, pendedahan penyelidikan penting kerana ia melatih mahasiswa agar bersikap kreatif dan inovatif bagi merungkai permasalahan atau menerokai idea baru yang mampu diterjemahkan menjadi produk

inovasi yang menguntungkan,” katanya.

