

# Bermula sekadar riadah, kini jadi atlet

*Bermula sekadar riadah, kini bergelar atlet bola tampar.*



[FOTO OSMAN ADNAN / BH]

Oleh Nor Azma Laila  
norazma@bh.com.my

## ► Serdang

Pelajar Universiti Putra Malaysia (UPM), Muhammad Izzat Yusoff, mula berjinak-jinak dengan sukan bola tampar ketika berusia 14 tahun selepas sering menerima ajakan rakan sekampung untuk beriadah bersama setiap petang.

Pembabitan suka-suka akhirnya merintis laluan untuk pelajar Ijazah Sarjana Muda Sains (Pembangunan Sumber Manusia) itu bergelar atlet dalam bidang terbabit.

Beliau dipilih membarisi pasukan bola tampar UPM dari semester pertama lagi dan berjaya membantu universiti itu meraih pingat perak pada kejohanan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (SUKIPT) 2016 serta Majlis Sukan Universiti Malaysia (MASUM) 2017, selain pingat gangsa MASUM 2016.

### Timbul minat

"Kali pertama bermain sukan ini, saya memang tiada minat tetapi sekadar memenuhi ajakan rakan dan penduduk kampung untuk menyertai mereka beriadah mengisi masa lapang.

"Tidak sangka pula, lama-kelamaan timbul minat sehingga mula mewakili sekolah pada kejohanan Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Daerah (MSSD) dan Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Malaysia (MSSM)," katanya yang juga ahli Kelab Bola Tampar bawah Majlis Bandaraya Shah Alam



Bersama pingat dan trofi dimenangi.

(MBSA) sejak awal tahun lalu.

Sepanjang bergiat aktif dalam sukan bola tampar, Muhammad Izzat menyanggah posisi *open striker* dan bersyukur tidak pernah mengalami kecederaan serius, cuma terseliuh pergelangan kaki yang memerlukan berehat selama seminggu tahun lalu.

### Sentiasa melompat

"Bermain bola tampar memerlukan fizikal yang tinggi, justeru ia agak mencabar kerana saya tidak dikategorikan sebagai pemain tinggi.

"Oleh itu, saya perlu sentiasa melompat ketika beraksi di gelanggang dan tekun menjalani latihan supaya mampu bersaing

dengan pasukan lawan.

"Saya menjalani sesi latihan bersama rakan kolej kediaman dari jam lima petang hingga tujuh malam setiap hari. Jika perlu menyertai pertandingan mewakili kelab MBSA, latihan intensif akan diadakan satu atau dua minggu lebih awal," katanya.

Setakat ini, beliau mengaku tidak menghadapi kesulitan membahagikan masa antara pelajaran dengan sukan berikutan kuliah berlangsung pada waktu pagi, manakala sesi latihan pula petang.

"Pokok pangkalnya bergantung kepada diri untuk bijak mengatur masa dan berdisiplin bagi memastikan kedua-dua bidang itu berjalan seiring," katanya.

## profil

### Muhammad Izzat Yusoff

- Umur: 22 tahun
- Tarikh lahir: 5 Ogos 1995
- Tempat lahir: Kuala Terengganu, Terengganu
- Kedudukan dalam keluarga: Anak keempat daripada tujuh adik-beradik
- Pengajian: Ijazah Sarjana Muda Sains (Pembangunan Sumber Manusia), UPM
- Cita-cita: Ahli perniagaan
- Pencapaian:
  - Johan Krisalis 3.0 Championship 2017
  - Johan JKR WPKL Volleyball Men's Open 2017
  - Johan Kejohanan Bola Tampar Campuran Phoenix 2017
  - Naib johan MASUM 2017
  - Naib johan Arina-Bjss Volleyball Championship 2017
  - Pingat gangsa Varsity Volleyball Super Cup 2017
  - Pingat gangsa Men's Club Malaysia Volleyball Championship IJM 2017