

SUKAN PEMBENTUK KEPERIBADIAN UNGGUL

23/07/2026 | Dikemaskini 23/07/2026



Profesor Madya Dr. Jurry Foo, atlet Malaysia era 90-an ketika diberi penghormatan membawa obor pada Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Sabah (MSSS) Kali Ke-58 di Kompleks Sukan Ranau baru-baru ini.

APABILA saya diberi penghormatan membawa obor pada Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Sabah (MSSS) Kali Ke-58 di Ranau baru-baru ini, memori ketika bergelar atlet negara pada era 1990-an kembali segar dalam ingatan. Detik itu bukan sekadar mengimbau nostalgia, malah mengingatkan saya bahawa sukan merupakan sebuah institusi pendidikan yang membentuk manusia, bukan sekadar melahirkan juara.

Walaupun dunia sukan hari ini jauh berbeza berbanding tiga dekad lalu dari segi kemudahan, teknologi dan sokongan, hakikatnya nilai yang membentuk seorang atlet tetap sama. Disiplin, pengorbanan, ketabahan dan semangat juang masih menjadi asas kepada kejayaan, bukan sahaja di gelanggang, malah dalam kehidupan.

Menjadi atlet bukanlah satu pilihan yang mudah. Di sebalik kilauan pingat dan sorakan penyokong, tersimpan pelbagai pengorbanan yang jarang dilihat masyarakat. Atlet perlu mengorbankan masa, tenaga dan keselesaan demi mengejar impian. Ada kalanya mereka terpaksa mengikat perut, menempuh latihan yang memenatkan dan berdepan tekanan yang tinggi untuk memenuhi harapan ramai.

Lebih mencabar, atlet juga sering berhadapan persepsi negatif. Ada yang menganggap mereka lebih banyak menghabiskan masa di padang daripada di bilik darjah, malah ada yang melabel atlet sebagai pelajar yang kurang menyerlah dalam akademik. Hakikatnya, menjadi atlet memerlukan kebijaksanaan. Mereka perlu merancang strategi, mengurus tekanan, membuat keputusan pantas dan mengekalkan fokus dalam situasi yang mencabar. Semua kemahiran ini merupakan aset penting untuk berjaya dalam apa juga bidang kehidupan.

Sukan sebenarnya mendidik seseorang menjadi insan yang seimbang. Jika disiplin, fokus dan pengurusan masa yang dipelajari di gelanggang dapat diterjemahkan dalam pembelajaran dan kerjaya, atlet berpotensi menjadi antara individu paling produktif dalam masyarakat.

Sebagai anak Ranau, saya amat sinonim dengan istilah “lugu”, yang dalam dialek tempatan membawa maksud cekal dan tahan lasak. Itulah sifat yang sentiasa dikaitkan dengan atlet dari daerah ini. Atlet diajar bahawa kegagalan bukan penamat, sebaliknya sebahagian daripada proses menuju kejayaan. Jatuh sekali bukan alasan untuk berhenti, tetapi peluang untuk bangkit dengan lebih kuat.

Tanpa disedari, sukan juga membentuk kepemimpinan. Jurulatih boleh menyediakan latihan, ilmu dan strategi terbaik, namun apabila wisel dibunyikan, atletlah yang perlu membuat keputusan terakhir di gelanggang. Keberanian membuat keputusan dalam keadaan tertekan merupakan asas penting kepada pembentukan seorang pemimpin yang berkualiti.

Lebih besar daripada itu ialah semangat jati diri yang dipupuk melalui sukan. Apabila seseorang atlet mengenakan jersi bertulis “Ranau”, “Sabah” atau “Malaysia”, nama itu bukan sekadar lambang pasukan, tetapi amanah yang dipikul dengan penuh tanggungjawab. Di situlah lahirnya rasa patriotisme, nasionalisme dan kecintaan kepada tanah air yang tidak boleh dibeli dengan wang ringgit.

Justeru, kejayaan seorang atlet tidak seharusnya diukur hanya melalui jumlah pingat yang dimenangi. Nilai sebenar terletak pada pembentukan sahsiah, daya tahan, disiplin dan kepemimpinan yang akan terus menjadi bekalan sepanjang hayat.

Kepada atlet muda, jadikan setiap latihan sebagai medan menimba ilmu, setiap kekalahan sebagai pengalaman dan setiap kemenangan sebagai motivasi untuk terus merendah diri. Pingat mungkin akan pudar ditelan masa, tetapi nilai yang dibentuk melalui sukan akan kekal menjadi panduan dalam kehidupan.

Sesungguhnya, sukan bukan sekadar melahirkan juara di gelanggang, tetapi melahirkan insan unggul yang mampu menyumbang kepada keluarga, masyarakat dan negara.

[DARI TINTA Profesor Madya Dr. Jurry Foo, atlet Malaysia era 90-an. Pensyarah di Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan; Pengarah Pusat Kokurikulum dan Pemajuan Pelajar, Universiti Malaysia Sabah]