

## Farhan kian matang di luar dan dalam gelanggang

GELARAN juara dunia tidak akan menjadi hambatan kepada Sheik Farhan Sheik Alau'ddin, 18 tahun, menjelang Kejohanan Pencak Silat Sedunia yang akan berlangsung di Bali, Indonesia.

Beliau enggan berasakan sebarang tekanan, meskipun tahu ramai yang akan memerhatikan persembahannya dalam kategori tanding Kelas J (90-95 kilogram) nanti.

Tumpuannya kini hanya pada pertarungan di dalam gelanggang silat dunia minggu depan dan mencapai pingat emas buat Singapura.

Menurut Farhan, tiada perbezaan yang telah dilakukan sebagai persediaan bagi kejohanan ini dan beliau tetap mahu mencapai kedudukan teratas di kejohanan itu.

"Sama seperti pada kejohanan tahun lalu, saya hanya bekerja keras sewaktu latihan dan menganggap kejohanan ini sebagai pertandingan sulung saya.

"Saya langsung tidak memikirkan gelaran juara yang diberi kepada diri saya.

"Apabila saya menyertai sebarang pertandingan, saya sering sasaran mahu dapatkan tempat pertama.

"Bagi saya ia bukan soal menigulangi apa yang telah saya capai. Apa yang penting adalah pergi ke pertandingan ini dengan tujuan dapatkan pingat emas," kata pelajar Politeknik Nanyang itu semasa ditemui sewaktu latihan pasukan Singapura baru-baru ini.

Apabila ditanya jika beliau melihat perbezaan dalam dirinya berbanding tahun lalu di kejohanan dunia, Farhan merasakan beliau kini mempunyai teknik perlawanan berbeza.



**JUARA BERTAHAN:** Sheik Farhan bersedia menghadapi pesaingnya di Bali nanti bagi mengekalkan gelaran juara dunia.

"Sebagai pesilat, saya rasa cara saya berlawan di gelanggang kini berbeza dan saya juga merasakan saya telah menjadi lebih matang dalam masa setahun dua ini.

"Jika dahulu saya lebih agresif di gelanggang, namun kini saya lebih konservatif dan mampu menilai perlawanan saya sekali gus mendapat markah yang lebih bermakna," ujarnya yang tetap akan turun berlatih setiap hari walaupun perlu mengimbangi masa ber-

sekolah.

Farhan juga melahirkan keyakinan terhadap rakan sepasukannya yang lain dan berharap mampu mengharumkan nama Singapura di kejohanan itu sekali lagi selepas mereka membawa pulang 13 pingat daripada Kejohanan Pencak Silat Dunia ke-16 di Phuket, Thailand, tahun lalu.

"Pastinya, kami ingin ulangi pencapaian itu, dan kali ini dengan lebih banyak pingat emas," ujar beliau.

## Nur Alfian mahu capai impian jadi juara dunia



**KEGIGHAN TERPANCAR:** Kesakitan tidak akan menjadi penghalang bagi Nur Alfian mengecap impian untuk merebut gelaran juara di persada dunia.

KECEDERAAN yang dialami pesilat negara, Muhammad Nur Alfian Juma'en, tiga bulan lalu hampir menggugat peluangnya beraksi di gelanggang dunia.

Pemenang pingat emas Sukan SEA itu mengalami kecederaan ligamen anterior krusiat (ACL) pada lututnya sebelum temasya Sukan Pantai Asia ke-5.

Meskipun harus menanggung kesakitan, Nur Alfian mampu membawa pulang pingat gangsa bagi kategori Kelas G (75-80kg) di temasya sukan itu yang berlangsung di Danang, Vietnam, September lalu.

Kini juara Sukan SEA berganda itu, sekali lagi perlu melawan kesakitan itu bagi memburu gelaran juara dunia di Kejohanan Pencak Silat Sedunia nanti.

"Akibat kecederaan ACL ini, latihan harian saya terjejas dan saya tidak dapat berlatih dengan sempurna. Oleh itu, saya terpaksa

menjalani rawatan pemulihan.

"Namun, saya sasaran mahu kembali lebih kuat dan mengembalikan kecergasan saya bagi kejohanan dunia ini.

"Saya sering mengingatkan diri sendiri supaya sentiasa kekal positif dan setiap hari sewaktu latihan, saya hanya akan fokus untuk melakukan yang terbaik dan bukan kepada kecederaan itu," kata Nur Alfian, pemenang anugerah pesilat lelaki terbaik di Kejohanan Pencak Silat Asia Kedua tahun ini.

Namun, cabaran terbesar Nur Alfian bagi kejohanan dunia bukanlah pada kecederaannya – beliau kini perlu beraksi dalam kategori yang lebih sukar.

"Jika selama ini saya sering bertanding dalam kategori kelas F (70-75 kg), kini buat kali pertama, saya akan beraksi dalam Kelas H (80-85kg) pula, sesuatu yang baru bagi saya.

"Saya rasa ini akan menjadi satu pengalaman baik buat saya sebagai seorang pesilat untuk menguji tahap kebolehan saya terhadap pesaing lebih kuat.

"Saya benar-benar berharap mampu merebut gelaran dunia pertama buat diri saya kerana ini merupakan kali ketiga saya bersaing dalam pertandingan ini," ujar beliau lagi.

Menurut Nur Alfian, ini tidak akan menjadi masalah baginya dan beliau yakin dapat memberikan perlawanan hebat kepada pesaingnya.

"Ini tidak akan memberi saya tekanan tambahan. Saya hanya perlu menyesuaikan diri dengan kekuatan pesaing saya dan kepada gaya pertempuran dalam gelanggang yang berbeza.

"Walaupun, saya tetap akan berusaha memberi yang terbaik sepertimana yang telah saya lakukan selama ini," tegas beliau.