

# Sukan panjat dinding bantu mahasiswa atasi cabaran

**NURUL AMANI  
AHMAD NIZARI**

SEMANGAT mencuba pengalaman baru serta disiplinkan diri mengatasi fikiran negatif antara nilai murni yang dipelajari Encik Noralfy Ramdzan semasa melibatkan diri dalam sukan panjat tembok.

Penuntut tahun tiga jurusan ekonomi di Universiti Pengurusan Singapura (SMU), Encik Noralfy, 23 tahun, berkata minatnya terhadap aktiviti memanjat tembok bermula sejak dia mengikuti kegiatan itu semasa menuntut di Maktab Rendah Tampines.

Encik Noralfy yang mempunyai pengalaman lebih enam tahun dalam sukan memanjat ini juga pernah memanjat tembok di Asia Tenggara antaranya di Batu Caves, Malaysia serta di Krabi, Thailand.

Beliau akur bahawa minatnya dalam sukan ini secara tidak sangka telah banyak membentuk perspektif kehidupannya.

"Sukan ini telah banyak membantu saya dalam mempertingkatkan keyakinan diri serta mengimbangi masa dengan bijak antara sekolah dan komitmen di luar sekolah."

Kini, Encik Noralfy merupakan ketua pasukan kelab panjat dinding di SMU.

Pengalaman dan pengajaran daripada sukan panjat tembok juga membantu Encik Noralfy mengharungi cabaran semasa menyertai projek kebajikan di sebuah kampung di Yang Tze, provinsi Guizhou di China Mei lalu.

Projek yang digelar Projek Xing Fu itu adalah satu projek yang dianjurkan khas oleh mahasiswa-mahasiswa SMU dengan matlamat untuk mengajar kanak-kanak mengenali huruf ABC, melatih guru-guru cara menggunakan sofwe Microsoft Word dan Excel, serta melaksanakan kerja-kerja kebajikan di kawasan daerah sekolah di China.

Malangya, tiba sahaja di China,



**ATASI RINTANGAN:** Sukan panjat dinding mendidik Encik Noralfy Ramdzan mengatasi pelbagai cabaran dalam hidup. – Foto ihsan ALEXUS GOH

kumpulan itu mendapat tahu bahawa program mereka tidak dapat dijalankan seperti apa yang telah diaturnya atas sebab-sebab di luar kawalan mereka.

Misalnya, sekolah pilihan mereka harus diubah dan jumlah kanak-kanak yang dapat ikuti program mereka dikurangkan kepada hanya 70 para murid daripada 300 murid.

Sungguh pun banyak cabaran yang dihadapi kumpulan itu ketika mereka tiba di China, mereka berjaya mengadaptasi program projek itu secara spontan.

Encik Noralfy ingin meyakinkan para belia dan pelajar supaya mencuburi bidang yang mereka minati.

"Pada masa sama kita perlu bijak menguruskan masa dengan baik dan tidak mengabaikan pelajaran semata-mata mahu bersukan," katanya.

Beliau mengakhiri dengan nasihat: "Memang sikap manusia pada mulanya ada rasa takut kepada pengamalan yang baru. Namun, janganlah gunakan ini sebagai satu alasan untuk hadkan diri sendiri.

"Tanpa usaha mencabar diri sendiri, kami tidak akan dapat tahu potensi kita."

► Penulis siswazah Universiti Pengurusan Singapura (SMU)