Experts

Cabaran 8 jam: Warga UMPSA harungi 'Kayak Orienteering' di Tasik Raban Lenggong

Tue, 09/29/2026 - 10:50

Tasik Raban yang terletak di Lenggong Perak terkenal dengan keindahan landskap semula jadi dan ketenangannya bertukar menjadi medan ujian ketahanan fizikal dan mental apabila acara sukan ekstrem Kayak *Orienteering* berlangsung dengan jayanya baru-baru ini.

Acara yang berlatarbelakangkan kawasan Lenggong yang diiktiraf sebagai Tapak Warisan Dunia UNESCO ini bukan sekadar menguji kekuatan otot, malah menuntut kebijaksanaan mengatur strategi. Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA) turut mencatatkan kehadiran apabila warganya menyahut cabaran ini dengan penuh semangat kesukanan.

Bagi edisi kali ini, wakil UMPSA telah menguji kemampuan diri dengan menyertai Kategori Kayak *Mix Double.* Berbeza dengan sukan mendayung biasa, kayak orienteering menggabungkan dua elemen utama: kemahiran mengendalikan kayak dan kepakaran ilmu pelayaran arah (navigasi) menggunakan peta topografi dan kompas untuk mencari titik kawalan (*checkpoint*) yang ditetapkan. Apa yang menjadikan acara ini satu ujian kelangsungan yang mendebarkan adalah tempoh masa maksimum selama lapan jam yang diberikan kepada peserta. Sepanjang tempoh tersebut, gandingan peserta campuran ini perlu mendayung menyusuri tasik, mencari laluan terbaik di celah-celah pulau kecil dan tumbuhan air, sambil berlumba dengan masa dan menahan panas terik matahari.

Cabaran lapan jam di atas air ini nyata bukan satu tugas yang mudah. Ia memerlukan keserasian yang sangat tinggi antara pasangan pendayung. Kesilapan membaca peta atau gagal merancang laluan boleh menyebabkan peserta tersasar jauh, sekaligus membuang masa dan tenaga. Komunikasi yang baik dan kecekalan mental menjadi kunci utama untuk terus bertahan dan melengkapkan perlumbaan sebelum siren penamat dibunyikan. Biarpun terpaksa berhadapan dengan keletihan yang melampau, pengalaman meneroka keindahan Tasik Raban dari jarak dekat sambil memerah keringat memberikan satu kepuasan yang tidak ternilai.

Penyertaan dalam sukan lasak dan berintensiti tinggi seperti ini membuktikan bahawa warga UMPSA bukan sahaja cemerlang dalam bidang akademik dan tugas hakiki, malah berani mencabar had kemampuan diri di arena luar. Ia juga selari dengan hasrat universiti untuk melahirkan mahasiswa dan staf yang holistik, berdaya saing, serta mempunyai daya ketahanan fizikal dan mental yang mantap. Semoga pengalaman berharga dari perairan Tasik Raban ini dapat meniup semangat dan memberi inspirasi kepada lebih ramai warga kampus untuk terus aktif dan berani mencuba sukan-sukan ekstrem pada masa akan datang.

Penulis ialah Pensyarah Kanan, Fakulti Teknologi Kejuruteraan Mekanikal dan Automotif (FTKMA), Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).

Rencana ini merupakan pandangan peribadi penulis dan tidak menggambarkan pendirian

rasmi Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).



Oleh: Profesor Madya Ts. Dr. Siti Rabiatull Aisha Idris

E-mel: rabiatull@umpsa.edu.my

- 45 views

View PDF