



Karateka DIJ Almahyra Tiara Sandy

Berawal dari Kegagalan, Sempat Hilang Arah



TARUNG: Karateka DIJ Almahyra Tiara Sandy saat bertarung dengan karateka lainnya. Keinginan kuat Tiara untuk mejadi atlet karate berawal dari kegagalan meraih medali disuatu turnamen.

Almahyra Tiara Sandy menekuni cabang olahraga karate sejak kelas 5 SD dengan mengikuti ekstrakurikuler karate. Ia sendiri menjabutkan pilihan pada karate karena dirasa jauh lebih seru dan menantang dibanding olahraga beladiri yang lain.

SAAT itu, ia hanya latihan dua minggu sekali. Setelah kemudian, diadakan Kejuaraan Daetah (Kejurda) Institut Karate-Do Nasional (Inkanas) 2017. Perempuan akrab disapa Tiara turut berpartisipasi pada ajang tersebut. Namun ia gagal meraih medali. Itu adalah kejuaraan pertamanya. "Sejak saat itu, saya menjadi semakin semangat dan fokus berlatih karate hingga sekarang," kata Tiara kepada Radar Jogja, Jumat (31/3).

Saat ini, spesialisasi Tiara adalah di nomor Junior +59kg putri. Sejumlah prestasi telah ia torehkan. Sebut saja medali perak di Asian Karate Federation (AKF) Championships 2021 dan medali perak di South East Asia Karate Federation (SEAKF) Championships 2022.

Ia sangat bersyukur dengan apa yang diraih. Namun ia tetap ingin meningkatkan kemampuannya lagi agar bisa mencapai podium tertinggi di

event selanjutnya. "Banyak pelajaran yang bisa saya ambil dari kedua event tersebut. Dari mulai taktik strategi hingga penguasaan diri (mental) sebelum bertanding," ungkap gadis kelahiran 6 Juni 2006 ini.

Kejuaraan nasional resmi pertama yang ia hadapi adalah O2SN 2019. Pada saat itu, ia pulang membawa medali perak dan kembali gagal meraih medali emas. Darf situ, ia menjadi semakin semangat dalam berlatih dan menambah jadwal latihannya. Tiara juga berpartisipasi di ajang Pekan Olahraga Daerah (Porda) DIJ 2022 lalu. Ia sukses menyabet dua emas, masing-masing di nomor perorangan -61 kg senior putri dan beregu.

Ketika terjadi *lockdown* akibat pandemi pada 2020, Tiara mengaku sempat kehilangan arah dan jenuh.

Tetapi kedua orangtuanya selalu menyemangati dan memenuhinya berlatih. Ia berlatih setiap hari, pagi dan sore. Terkadang ditambah di siang hari. "Tanpa ada arah dan tujuan

pada saat itu. Karena *lockdown*, pertandingan ditiadakan sekitar satu tahunan," jelasnya.

Saat *lockdown* berakhir, sejumlah pertandingan mulai digelar. Termasuk Kejuaraan Nasional (Kejurnas) Piala Ketum PB Forki 2021 di Bandung. Hasilnya kali ini berpihak pada Tiara. Ia pulang dengan membawa medali emas. Beberapa hari kemudian, ia menerima surat pemanggilan Pelatnas

pertamanya. Banyak pelajaran yang ia petik dari Pelatnas karate tersebut. Mulai dari pola hidup yang tertata, pola

latihan yang bervariasi, hingga strategi dan teknik baru. "Serta kerja sama satu tim dalam latihan dan menyemangati satu sama lain," ujar Tiara.

Sebagai karateka, Tiara mengaku mengidolai atlet Pelatnas senior, Ceyco Georgia. Ia sudah mengidolai Ceyco sejak lama. "Ditambah bisa satu tim di Pelatnas dan latihan bareng jadi makin ngefans deh," kata siswi Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMAN 4 Jogja ini.

Tiara pun tak ubahnya anak muda seusianya. Di samping kesahariannya berlatih karate dan menimba ilmu di sekolah, ia mengaku sering menghabiskan waktu luangnya dengan bermain media sosial seperti Instagram dan Tiktok. "Selain itu saya juga suka main motor dan touring," ucapnya.

Agenda terdekat yang akan ia ikuti adalah Pekan Olahraga Pelajar Nasional (Popnas) 2023 di Palembang, September 2023 mendatang. Di samping itu, mimpi menjadi seorang karateka memang sudah ia bangun sejak lama. Tak tanggung-tanggung, Tiara sudah bermimpi untuk dapat bertanding di ajang *multievent* internasional seperti SEA Games, Asian Games, dan Olimpiade. (tyo/bah/by)



ALMAHYRA TIARA SANDY

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 09 Juli 2026
Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
NIP. 19690723 199603 1 005