



**JOGJA SPORT LAND**

10 KAMIS KLIWON 8 JANUARI 2026 *Tribun Jogja*

# FISIK, TEKNIK, DAN KONSISTEN

## ■ Ze Valente Ungkap Kunci Tembus 100 Penampilan di Liga Indonesia

**YOGYA, TRIBUN** - Legum asing PSIM Yogyakarta, Ze Valente menorehkan pencapaian istimewa saat tampil menghadapi PSIS Blak di Stadion Sultan Agung, Bantul, 29 Desember 2025 lalu.

Gelandang asing asal Portugal tersebut resmi mencatatkan pertandingan ke-100 sepanjang kariernya di Liga Indonesia.

Bagi Ze, forehand tersebut bukanlah kebetulan. Ia menilai ada tiga faktor utama yang membuatnya mampu bertahan dan konsisten tampil di kompetisi yang dikenal memiliki persaingan ketat ini.

**Faktor** pertama adalah kondisi fisik yang prima. Menurut Ze, intensitas pertandingan di Liga Indonesia menuntut kesiapan fisik tinggi dari setiap pemain, terlebih dengan padlat dan perjalanan panjang antarkota.

"Kondisi fisik adalah dasar. Anda tidak akan bertahan lama jika tubuh tidak siap menghadapi ritme liga di Indonesia," ujar Ze, Rabu (7/1).

Faktor kedua adalah kualitas teknik. Ze menyebut kemampuan mengolah bola, membaca permainan, serta mengambil keputusan cepat menjadi tuntutan mutlak bagi pemain yang ingin terus dipercaya pelatih.

"Di sini semua pemain punya kualitas. Jadi teknik harus selalu terjaga agar bisa bersaing," katanya.

Adapun faktor ketiga sekaligus yang paling sulit, menurut Ze, adalah konsistensi performa. Ia menilai setiap pemain dituntut tampil stabil dari pekan ke pekan tanpa banyak ruang untuk kesalahan.

"Jika Anda tidak tampil baik, Anda akan diganti. Karena itu konsistensi sangat penting," tegasnya.

Ze Valente menambahkan, ketiga faktor tersebut harus berjalan beriringan. Tanpa salah satunya, seorang pemain akan kesulitan bertahan lama di Liga Indonesia.

Pencapaian 100 pertandingan ini semakin bermakna karena diraih di kompetisi yang menuntut Ze tidak memberikan toleransi bagi pemain yang gagal menajagi performanya.

Ia pun menegaskan dedikasinya untuk terus berkontribusi bagi PSIM Yogyakarta.

"Target saya saat ini jelas, membantu PSIM bertahan di Super League. Selama saya merasa dihargai, saya ingin terus memberikan yang terbaik," pungkasnya. **(mur)**

**Target saya saat ini jelas, membantu PSIM bertahan di Super League. Selama saya merasa dihargai, saya ingin terus memberikan yang terbaik.**

GRATIS: MUFAZ/ZARAHIMAN/DOK. PSIM YOGYAKARTA

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. PSIM Jogja	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 05 Juni 2026  
 Kepala

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