

PEMBINAAN KLUB OLAHRAGA SEKOLAH DASAR

CABANG OLAHRAGA CATUR

Oleh: A.M. Bandi Utama,M.Pd. (Dosen FIK UNY)

Tujuan dalam pembinaan ini adalah para guru pendidikan jasmani dan olahraga atau pelatih olahraga catur di sekolah dasar mampu untuk:

1. Meletakkan dasar-dasar yang kuat mengenai cabang olahraga catur pada anak sekolah dasar.
2. Menanamkan dasar-dasar olahraga catur kepada anak-anak sekolah dasar secara menarik, menyenangkan, dan menggembirakan.
3. Membentuk dan mengelola klub olahraga catur di tingkat sekolah dasar.
4. Membina dan melatih para peserta/anggota klub olahraga catur di tingkat sekolah dasar
5. Membuat program latihan olahraga catur yang tepat untuk anak-anak sekolah dasar.

Berdasarkan tujuan tersebut maka materi pembinaan klub olahraga catur di sekolah dasar adalah sebagai berikut:

1. Teori olahraga catur yang meliputi: sejarah catur, sarana dan prasarana olahraga catur, teknik bermain catur, jenis permainan catur, peraturan permainan dan pertandingan catur.
2. Teori dan praktik dasar-dasar permainan catur dari permainan sederhana meningkat ke permainan yang sesungguhnya.
3. Program latihan olahraga catur untuk anak-anak sekolah dasar.
4. Pembentukan klub olahraga catur di sekolah dasar.

A. Sejarah Olahraga Catur

Olahraga catur telah lama dikenal luas oleh masyarakat dunia, dan telah mempunyai wadah organisasi tingkat dunia yang dikenal dengan nama FIDE kependekan dari Federation Internationale Des Echees, hingga kini telah mempunyai anggota lebih dari 157 negara. Termasuk Negara kita menjadi anggota organisasi catur dunia (FIDE) tersebut. Di Negara Indonesia olahraga catur diwadahi dalam organisasi catur Indonesia yang diberi nama Persatuan Olahraga Catur Seluruh Indonesia (PERCASI). Sudah banyak atlet-atlet olahraga catur yang mengharumkan nama Negara Indonesia di tingkat internasional seperti: Utut Adianto, Susanto Megaranto, Maria Lucia Ratna Sulistya, Irwin Irnandi, Irene Kharisma Sukandar, dll.

Menurut asal kata “catur” berasal dari kata “chaturangga” yang berarti suatu simulasi permainan perang untuk memperlihatkan kekuatan perang dalam rangka setrategi militer untuk memperoleh kemenangan. Dalam terminologi Sanskrit, “cathurangga” berarti empat bagian atau empat divisi kententaraan, untuk mengatur formasi yang saling mendukung agar peperangan dapat dimenangkan.

B. Sarana dan Prasarana Olahraga Catur

Permainan olahraga catur memerlukan peralatan antara lain: papan catur, buah catur, jam catur, meja catur. Secara sederhana peralatan olahraga catur hanya membutuhkan papan catur dan buah catur sudah cukup untuk berlatih catur.

Papan catur terdiri dari 64 petak yang sama luasnya. Petak-petak tersebut diberi warna terang dan gelap secara berselang seling. Warna terang disebut putih sedang warna gelap disebut

hitam. Letak papan catur yang benar menurut peraturan yang berlaku ialah jika petak sudut berwarna putih berada di sebelah kanan setiap pemain catur.

Setiap petak dari 64 petak tersebut mempunyai nama sendiri-sendiri berdasarkan pertemuan lajur dan baris dari papan catur tersebut. Lajur adalah delapan deretan petak yang membujur (vertical) dari pemain ke pemain lain yang diberi simbol huruf a s/d h yang dimulai dari sisi kiri pemain buah putih. Sedang baris adalah delapan deretan petak yang melintang (horizontal) yang dimulai dari kiri ke kanan dengan simbol angka arab dimulai dari angka 1 s/d 8 dihitung dari sisi kiri pemain buah catur putih. Sehingga nama-nama petak tersebut seperti berikut: a1-a2-b3-g6-h8-e5-d6-g2-c7, dsb.

C. Tenik Bermain Catur.

Prinsip dasar bermain catur adalah membuat raja lawan tidak dapat bergerak atau tidak mempunyai ruang gerak lagi karena semua jalur sudah dikuasi pihak lawan, dalam istilah catur “Skak Mat”

Buah catur terdiri dari: bidak sebagai prajurit sejumlah 8, kuda ada 2, gajah ada 2, benteng ada 2, menteri ada 1, dan raja ada 1. Nilai tukar dari masing-masing buah catur dihargai sebagai berikut: bidak:1, kuda:3, gajah:3, benteng:5, dan menteri:9.

Agar dapat bermain catur dengan benar maka perlu mengetahui langkah dari masing-masing buah catur. Bidak melangkah ke depan lurus petak per petak kecuali di lapangan sendiri boleh dua langkah, dan memukul lawan dengan posisi serong. Kuda melangkah seperti huruf L, gajah melangkah selalu diagonal sesuai warna petak yang ditempati, benteng melangkah lurus

baik verikal atau horizontal, menteri bebas melangkah, raja bebas melangkah tetapi hanya petak per petak.

Sebelum permainan dimulai maka perlu disusun buah catur pada posisi yang telah ditentukan (putih) yaitu semua bidak berada pada baris ke dua (a2-b2-c2-d2-e2-f2-g2-h2), sedang baris pertama ditempati dari sudut kiri adalah: Benteng, Kuda, Gajah, Menteri, Raja, Gajah, Kuda, Benteng (Ba1,Kb1,Gc1,Md1,Re1,Gf1, Kg1,Bh1). Penyusunan buah catur hitam menyesuaikan letak buah catur putih. Letak Raja selalu pada petak yang berlawanan warnanya.

Langkah pembuka selalu dilakukan oleh buah catur berwarna putih, sedang hitam menyesuaikan. Langkah dalam permainan catur selalu bergantian antara buah catur putih dan hitam. Sehingga dalam permainan catur mengenal tiga bentuk permainan yaitu permainan pembukaan, permainan tengah, dan permainan akhir, yang masing-masing permainan mempunyai kekhasan. Permainan pembukaan akan menentukan permainan tengah dan akhir sehingga perlu dirancang sungguh dalam melakukan langkah dalam permainan catur. Satu langkah awal hendaknya sudah memperhitungkan kemungkinan empat- lima langkah berikutnya. Beberapa contoh permainan pembuka antara lain pembukaan cicilia, inggris, gambit, dsb.

Permainan catur mengenal beberapa kategori dalam suatu pertandingan baik beregu maupun perorangan antara lain kategori catur kilat, catur cepat, catur standar atau klasik, dan catur buta. Sedang system pertandingan dalam olahraga catur mengenal system swiss dengan beberapa babak (5, 7, atau 11).

D. Bermain Catur Sederhana

Sebelum anak menekuni olahraga catur secara nyata, maka perlu diadakan sosialisasi permainan catur kepada anak-anak tingkat sekolah dasar secara sederhana agar anak mengenalinya, senang, tertarik, dan akhirnya mau berlatih secara intensif.

Bentuk-bentuk permainan catur sederhana antara lain: bermain hanya setengah papan catur dengan hanya menggunakan bidak saja. Peraturan permainannya adalah bagaimana anak mampu menyusun bidak ke lapangan lawan hanya dengan melangkah dan melompat. Permainan bidak dan kuda,. Permainan diapit amabil, dan sebagainya. Bermain satu papan penuh dengan cara yang sederhana yaitu menyusun ke lapangan lawan dengan cepat, dll.

E. Program Latihan

Prestasi olahraga catur dipengaruhi oleh beberapa factor antara lain: psikologis, fisik, latihan, dan kematangan bertanding. faktor psikologis pegang peranan dalam hal: kecerdasan, ketenangan, mental, motivasi, perhatian, minat, emosi, keberanian, kecemasan. Sedang factor fisik antara lain dalam hal: kesehatan, kebugaran jasmani, daya tahan, kecepatan. Factor latihan juga penting karena dengan berlatih yang teratur, terukur, dan kontinyu akan membantu ketercapaian prestasi termasuk asupan gizi selama latihan memadai. Sedang kematangan bertanding berpengaruh langsung pada saat pertandingan.

Siklus penyusunan program latihan meliputi: analisis masalah, perumusan rencana latihan, penjabaran rencana latihan, pelaksanaan, evaluasi. Dalam menganalisis masalah perlu dipertimbangkan kondisi fisik (kebugaran jasmani, daya tahan, kecepatan, dan juga kesehatan

jasmaninya), kemampaun teknik dan taktik (permainan awal, permainan tengah, dan permainan akhir), sarana dan prasarana pendukung, asupan gizi, teman latih tanding baik uji cob bertanding di dalam maupun latih tanding di luar.

Perumusan rencana latihan perlu dipertimbangkan frekuensi latihan setiap minggunya, hari apa saja, berapa jam latihan untuk setiap pertemuan latihan, dan fasilitas apa yang perlu digunakan untuk latihan.

Penjabaran rencana latihan dalam bentuk diagram periodisasi latihan yang meliputi penyebaran materi latihan (fisik, teknik, taktik), menentukan jumlah latihan (tahap persiapan, tahap pertandingan, dan tahap transisi), serta merencanakan siklus mikro latihan.

Pelaksanaan program latihan merupakan kegiatan latihan yang dilaksanakan sehari-hari dengan berpedoman pada unit latihan yang telah dibuat sebelumnya. Pelaksanaan program latihan ini hendak selalu dipantau dan dicatat secara teliti dan cermat sebab hanya dengan data yang akurat berdasarkan latihan ini akan mempermudah dalam menentukan latihan selanjutnya.

Setelah pelaksanaan program latihan selesai maka perlu adanya koreksi dan revisi dengan mempertimbangkan dan menjawab atau menganalisa jawaban dari pertanyaan –pertanyaan yang diajukan seperti : apakah isi periode latihan sudah tepat? Apakah metode yang dipilih sudah sesuai dengan tujuan? Apakah sudah seimbang antara beban latihan dengan pemulihan? Apakah unit latihan dan komponen latihan sesuai dengan kemampuan atlet? Pertanyaan –pertanyaan tersebut menggiring pelatih agar mampu membuat analisis program latihan dengan tepat, sehingga diharapkan mampu mengevaluasi program latihan dengan tepat, sebab evaluasi merupakan alat control untuk mengetahui sampai sejauh mana tingkat kemajuan yang dialami atlet selama melaksanakan program latihan yang dibuat oleh pelatih.

F. Pembentukan Klub Olahraga Catur di Sekolah Dasar

Setelah berhasil dalam program sosialisasi olahraga catur di sekolah dasar seperti sebagian anak sudah merasa senang bermain catur yang ditunjukkan setiap ada waktu luang (waktu istirahat sekolah) selalu bermain catur, maka perlu ditindaklanjuti dengan membentuk klub olahraga catur di sekolah dasar.

Dalam membentuk klub olahraga di sekolah dasar tidaklah mudah, oleh karena itu perlu adanya pemikiran yang mendalam serta perlu mempertimbangkan beberapa factor pendukung dan penghambatnya. Factor pendukung antara lain kesediaan peserta didik untuk latihan, guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, pimpinan sekolah, komite sekolah, orang tua peserta didik, adanya kejuaraan olahraga catur dari tingkat sekolah sampai nasional, adanya nilai tambah bagi peserta yang juara dll. Sedang factor penghambat biasanya keterbatasan dana, waktu, dan fasilitas.

Agar mampu membentuk klub olahraga catur di sekolah maka jejaring sekolah yang meliputi: guru, kepala sekolah, orangtua peserta didik, komite sekolah, sponsor, donatur perlu diajak duduk bersama untuk membicarakan hal tersebut, agar nantinya merupakan keputusan bersama dan tanggung jawab bersama atas terlaksananya dan keberlangsungannya program klub olahraga tersebut. Termasuk meminimalkan hambatan yang ada syukur dapat menghilangkannya.

SELAMAT BERJUANG TEMAN-TEMAN

“GEN UNA SUMUS”

OLAHRAGA CATUR UNTUK ANAK SEKOLAH DASAR

Oleh: A.M. Bandi Utama,M.Pd.

Dosen FIK UNY

**Disampaikan pada Pembinaan Klub Olahraga Sekolah Dasar
Departemen Pendidikan Nasional**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2012