



**Fakultas Ilmu Keolahragaan**  
Universitas Negeri Yogyakarta



# ROADMAP

## PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM) PROGRAM STUDI SI ILMU KEOLAHRAGAAN

### TAHUN 2020 - 2025

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**



@fik\_uny



[www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)



+62 811-2821-19

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan ROADMAP Pengabdian Kepada Masyarakat Program Studi Ilmu Keolahragaan Tahun 2020 - 2025 ini dengan lancar dan tepat waktu.

Laporan kegiatan ini disusun untuk menyajikan informasi mengenai relevansi pendidikan, kompetensi yang dimiliki, dan kesiapan kerja guna mendukung evaluasi dan pengembangan kurikulum serta peningkatan mutu pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan FIK UNY.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih terdapat kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu, penulis mohon maaf atas segala kekurangan dan kelemahan yang terdapat dalam laporan ini. Kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan demi perbaikan laporan ini di masa depan.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Yogyakarta, 30 Maret 2020

Ketua Jurusan,



Dr. Sigit Nugroho, S.Or., M.Or.

NIP. 198009242006041001

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	2
DAFTAR ISI .....	3
A. Pendahuluan .....	4
B. Visi dan Misi PkM IKOR .....	5
C. Bidang Garap, Cakupan, dan Unggulan PkM IKOR.....	6
D. Bidang Garapan PkM IKOR.....	9
E. Tahap PkM (Timeline) IKOR .....	11
F. Penutup .....	13

## **A. Pendahuluan**

Roadmap Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Program Studi Ilmu Keolahragaan (IKOR) Tahun 2020–2025 disusun sebagai pedoman strategis dalam pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pada bidang pengabdian kepada masyarakat berbasis ilmu keolahragaan dan kesehatan. Roadmap ini menjadi acuan bagi dosen, mahasiswa, tenaga kependidikan, serta mitra kerja sama dalam merancang, melaksanakan, mengembangkan, dan mengevaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat secara terarah, sistematis, dan berkelanjutan.

Sebagai bagian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, Program Studi Ilmu Keolahragaan memiliki tanggung jawab akademik dan sosial dalam memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui penerapan ilmu keolahragaan, sport science, aktivitas fisik, olahraga kesehatan, kebugaran, terapi latihan, olahraga rekreasi, dan manajemen olahraga. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, perubahan pola hidup masyarakat, serta meningkatnya permasalahan kesehatan akibat rendahnya aktivitas fisik menjadikan peran ilmu keolahragaan semakin strategis dalam mendukung pembangunan sumber daya manusia yang sehat, aktif, produktif, dan berdaya saing.

Roadmap ini disusun dengan mengacu pada arah kebijakan Roadmap Pengabdian kepada Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang menekankan empat bidang utama pengembangan PkM, yaitu pemberdayaan dan penerapan inovasi pendidikan, pemberdayaan dan penerapan inovasi STEM, pemberdayaan dan penerapan ekonomi, sosial, dan humaniora, serta pemberdayaan dan penerapan inovasi keolahragaan dan kesehatan. Selain itu, roadmap ini juga diselaraskan dengan Sustainable Development Goals

(SDGs), kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM), serta kebutuhan pembangunan masyarakat di tingkat lokal, nasional, dan internasional.

Program Studi Ilmu Keolahragaan memiliki berbagai potensi pengembangan pengabdian kepada masyarakat, khususnya dalam bidang olahraga kebugaran, olahraga kesehatan, terapi fisik dan latihan, olahraga rekreasi, olahraga adaptif, manajemen olahraga, dan sport science berbasis teknologi. Potensi tersebut diarahkan untuk menghasilkan program pengabdian yang tidak hanya bersifat edukatif, tetapi juga aplikatif, inovatif, dan berdampak nyata terhadap peningkatan kesejahteraan masyarakat.

Melalui roadmap ini diharapkan pelaksanaan PkM Program Studi Ilmu Keolahragaan dapat berjalan secara terintegrasi, kolaboratif, multidisiplin, dan berkelanjutan sehingga mampu memperkuat peran perguruan tinggi sebagai pusat pengembangan ilmu pengetahuan dan pemberdayaan masyarakat berbasis keolahragaan dan kesehatan.

## **B. Visi dan Misi PkM IKOR**

Visi

“Mewujudkan Pengabdian kepada Masyarakat yang unggul, inovatif, adaptif, dan berkelanjutan berbasis ilmu keolahragaan untuk meningkatkan kualitas hidup, kesehatan, kebugaran, produktivitas, dan kesejahteraan masyarakat di tingkat lokal, nasional, dan internasional.”

Misi

1. Menyelenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis ilmu keolahragaan, sport science, dan kesehatan olahraga yang berorientasi pada kebutuhan masyarakat.

2. Mengembangkan inovasi program aktivitas fisik, olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, dan terapi latihan berbasis hasil penelitian dan perkembangan teknologi olahraga.
3. Meningkatkan pemberdayaan masyarakat melalui edukasi gaya hidup aktif, peningkatan kebugaran jasmani, dan penguatan komunitas olahraga masyarakat.
4. Mengembangkan penerapan teknologi olahraga, tes dan pengukuran olahraga, serta digitalisasi layanan kebugaran dan kesehatan masyarakat.
5. Mengembangkan jejaring kerja sama nasional dan internasional dalam bidang pengabdian kepada masyarakat berbasis ilmu keolahragaan.
6. Mengintegrasikan hasil penelitian dosen dan mahasiswa ke dalam program pengabdian kepada masyarakat yang inovatif, kolaboratif, dan berkelanjutan.

### **C. Bidang Garap, Cakupan, dan Unggulan PkM IKOR**

Bidang garap Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Ilmu Keolahragaan merupakan implementasi penerapan ilmu keolahragaan dalam mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui aktivitas fisik, olahraga kesehatan, sport science, terapi latihan, manajemen olahraga, dan olahraga rekreasi. Pengembangan bidang garap ini diarahkan untuk menjawab berbagai tantangan masyarakat modern, seperti rendahnya aktivitas fisik, meningkatnya penyakit tidak menular, menurunnya kebugaran masyarakat, serta kebutuhan pengembangan industri dan komunitas olahraga.

Program PkM IKOR diarahkan pada empat bidang utama, yaitu:

#### **1. Pemberdayaan dan Penerapan Inovasi Pendidikan**

Bidang ini berfokus pada pengembangan edukasi aktivitas fisik, literasi kesehatan olahraga, pendidikan gaya hidup sehat, serta pelatihan berbasis teknologi olahraga bagi masyarakat.

Program diarahkan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya aktivitas fisik dan olahraga dalam kehidupan sehari-hari.

Fokus kegiatan:

- a. Edukasi gaya hidup aktif
- b. Literasi kesehatan olahraga
- c. Pelatihan instruktur kebugaran
- d. Pelatihan olahraga masyarakat
- e. Pendidikan olahraga berbasis teknologi

## 2. Pemberdayaan dan Penerapan Inovasi STEM

Bidang ini menekankan penerapan sport science dan teknologi olahraga dalam mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat. Program meliputi penerapan tes dan pengukuran olahraga, monitoring kebugaran berbasis digital, wearable technology, serta aplikasi olahraga dan kesehatan.

Fokus kegiatan:

- a. Tes dan pengukuran kebugaran
- b. Monitoring aktivitas fisik
- c. Teknologi olahraga berbasis digital
- d. Sport science terapan
- e. Evaluasi kondisi fisik masyarakat

## 3. Pemberdayaan dan Penerapan Ekonomi, Sosial, dan Humaniora

Bidang ini diarahkan pada pengembangan olahraga rekreasi, sport tourism, industri olahraga masyarakat, dan pemberdayaan komunitas olahraga. Pengembangan program dilakukan untuk

meningkatkan partisipasi masyarakat dalam olahraga sekaligus mendukung pertumbuhan ekonomi kreatif berbasis olahraga.

Fokus kegiatan:

- a. Pengembangan sport tourism
- b. Manajemen event olahraga
- c. Industri olahraga masyarakat
- d. Pemberdayaan komunitas olahraga
- e. Olahraga rekreasi berbasis masyarakat

#### 4. Pemberdayaan dan Penerapan Inovasi Keolahragaan dan Kesehatan

Bidang ini menjadi fokus utama Program Studi Ilmu Keolahragaan dalam mendukung peningkatan kesehatan dan kebugaran masyarakat melalui olahraga kesehatan, terapi latihan, rehabilitasi olahraga, aktivitas fisik adaptif, dan olahraga preventif.

Fokus kegiatan:

- a. Program olahraga kesehatan
- b. Aktivitas fisik masyarakat
- c. Pencegahan penyakit degeneratif
- d. Pencegahan dan rehabilitasi cedera olahraga
- e. Aktivitas fisik adaptif
- f. Kebugaran jasmani masyarakat

Cakupan Wilayah PkM IKOR

##### 1. Lokal

Pelaksanaan program pengabdian di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta dan

sekitarnya melalui kemitraan dengan sekolah, komunitas olahraga, desa, dan lembaga masyarakat.

## 2. Nasional

Pelaksanaan pengabdian di berbagai daerah di Indonesia melalui kerja sama antarlembaga, organisasi olahraga, pemerintah daerah, dan institusi pendidikan.

## 3. Internasional

Pengembangan program kolaboratif internasional berbasis sport science, olahraga kesehatan, dan pengembangan masyarakat global.

### Program Unggulan PkM IKOR

1. IKOR Membangun Desa Aktif
2. Kampung Bugar dan Sehat
3. Sport Science for Community
4. Gerakan Masyarakat Hidup Aktif
5. PkM berbasis Hasil Penelitian
6. Aktivitas Fisik Adaptif untuk Masyarakat
7. Healthy Lifestyle Movement
8. Sport Tourism and Recreation Development

### **D. Bidang Garapan PkM IKOR**

Bidang garapan Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Ilmu Keolahragaan dijabarkan berdasarkan fokus keilmuan yang dimiliki program studi sebagai berikut:

1. Manajemen dan Kebijakan Olahraga

- a. Tata kelola organisasi olahraga
- b. Manajemen event olahraga
- c. Digitalisasi manajemen olahraga
- d. Sport tourism
- e. Industri olahraga masyarakat
- f. Kepemimpinan organisasi olahraga

## 2. Olahraga Kebugaran, Kesehatan, dan Rekreasi

- a. Program kebugaran masyarakat
- b. Aktivitas fisik lansia dan wanita
- c. Senam masyarakat
- d. Olahraga rekreasi
- e. Gaya hidup aktif
- f. Pencegahan penyakit tidak menular

## 3. Terapi Fisik dan Latihan

- a. Terapi latihan
- b. Rehabilitasi olahraga
- c. Pencegahan cedera olahraga
- d. Aktivitas fisik rehabilitatif
- e. Terapi olahraga penyakit degeneratif
- f. Edukasi postur dan ergonomi

## 4. Olahraga dan Terapi Adaptif

- a. Aktivitas fisik adaptif
- b. Olahraga inklusif
- c. Aktivitas fisik anak berkebutuhan khusus

- d. Program olahraga disabilitas
- e. Rekreasi adaptif masyarakat

#### 5. Sport Science dan Teknologi Olahraga

- a. Tes dan pengukuran olahraga
- b. Monitoring kebugaran
- c. Teknologi wearable olahraga
- d. Analisis kondisi fisik
- e. Aplikasi digital olahraga
- f. Monitoring kesehatan berbasis teknologi

#### **E. Tahap PkM (Timeline) IKOR**

Tahapan roadmap Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Ilmu Keolahragaan Tahun 2020–2025 disusun secara bertahap dan berkelanjutan dengan target capaian sebagai berikut:

Tahun 2020

Tahap Penguatan Dasar PkM Monodisiplin

Fokus pada penguatan kegiatan pengabdian berbasis bidang keilmuan utama Program Studi Ilmu Keolahragaan di tingkat lokal.

Target:

1. Peningkatan partisipasi dosen dalam PkM
2. Pengembangan program olahraga kesehatan masyarakat
3. Penguatan kemitraan lokal

Tahun 2021

Tahap Pengembangan PkM Multidisiplin

Fokus pada pengembangan program pengabdian lintas bidang berbasis kesehatan dan kebugaran masyarakat.

Target:

1. Kolaborasi lintas bidang keilmuan
2. Pengembangan edukasi aktivitas fisik
3. Program kebugaran berbasis komunitas

Tahun 2022

Tahap Penerapan Sport Science dan Teknologi

Fokus pada implementasi teknologi olahraga dan sport science dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Target:

1. Pengembangan tes dan pengukuran olahraga
2. Digitalisasi layanan olahraga masyarakat
3. Pengembangan monitoring kebugaran berbasis teknologi

Tahun 2023

Tahap Penguatan Kemitraan Nasional

Fokus pada pengembangan jejaring kerja sama nasional dalam bidang olahraga kesehatan dan pemberdayaan masyarakat.

Target:

1. Kerja sama nasional
2. Program sport tourism
3. Pengembangan olahraga rekreasi masyarakat

Tahun 2024

Tahap Kolaborasi Interdisipliner dan Inovatif

Fokus pada pengembangan program kolaboratif berbasis hasil penelitian dan inovasi olahraga masyarakat.

Target:

1. Hilirisasi hasil penelitian
2. PkM berbasis inovasi
3. Penguatan program unggulan masyarakat aktif

Tahun 2025

Tahap PkM Berkelanjutan dan Internasionalisasi

Fokus pada pengembangan program pengabdian berbasis teknologi dan kolaborasi internasional.

Target:

1. Penguatan jejaring internasional
2. Program olahraga kesehatan berkelanjutan
3. Pengembangan model PkM berbasis SDGs

## **F. Penutup**

Roadmap Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Ilmu Keolahragaan Tahun 2020–2025 disusun sebagai pedoman strategis dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang terarah, sistematis, inovatif, dan berkelanjutan. Roadmap ini menjadi dasar pengembangan program pengabdian yang mampu menjawab kebutuhan masyarakat melalui

penerapan ilmu keolahragaan, sport science, aktivitas fisik, olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, terapi latihan, dan teknologi olahraga.

Bidang garap yang dikembangkan dalam roadmap ini mencerminkan komitmen Program Studi Ilmu Keolahragaan dalam mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui penguatan budaya hidup aktif, peningkatan kebugaran jasmani, pencegahan penyakit tidak menular, pengembangan olahraga masyarakat, serta pemberdayaan komunitas olahraga berbasis inovasi dan teknologi.

Melalui implementasi roadmap ini, Program Studi Ilmu Keolahragaan diharapkan mampu menghasilkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang unggul, adaptif, kolaboratif, dan berdampak nyata bagi masyarakat di tingkat lokal, nasional, maupun internasional. Selain itu, roadmap ini juga diharapkan dapat memperkuat sinergi antara perguruan tinggi, pemerintah, masyarakat, dunia industri olahraga, dan berbagai mitra strategis dalam mewujudkan masyarakat yang sehat, aktif, produktif, dan sejahtera.