

Pendampingan SDI Untuk Pengembangan Olahraga di Kabupaten Ponorogo Tahun 2026

Mochamad Muhchson^{1*}, Dhedhy Yuliawan², Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo³, Wasis Himawanto⁴, Septyaning Lusianti⁵, M. Anis zawawi⁶

¹²³⁴⁵⁶Universitas Nusantara PGRI Kediri, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Kediri, Indonesia

Abstrak

Pengembangan olahraga di tingkat daerah memerlukan pendekatan berbasis data (data-driven decision making) agar kebijakan pembangunan keolahragaan berdaya guna dan tepat sasaran. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memfasilitasi dan mendampingi Pemerintah Kabupaten Ponorogo dalam memetakan serta mengukur indeks pembangunan olahraga menggunakan instrumen Sports Development Index (SDI) Tahun 2026. Populasi sasaran kegiatan ini meliputi jajaran pemangku kepentingan (stakeholders) keolahragaan di Kabupaten Ponorogo, yang terdiri dari Dinas Kebudayaan, Pariwisata, Pemuda dan Olahraga (Disbudparpora), Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI), Ikatan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (IGPJOK), komunitas/klub olahraga, serta masyarakat umum di tingkat kecamatan. Metode pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui pendekatan partisipatif yang terintegrasi, meliputi lima tahapan utama: (1) koordinasi dan sosialisasi program, (2) pelatihan (bimbingan teknis) bagi tim enumerator lokal, (3) pendampingan pengambilan data lapangan pada sembilan dimensi utama SDI (ruang terbuka, sumber daya manusia/tenaga keolahragaan, partisipasi, kebugaran jasmani, kesehatan, perkembangan ekonomi, literasi fisik, personalitas, dan kinerja/prestasi), (4) analisis data kuantitatif-kualitatif dan pemetaan profil SDI daerah, serta (5) diseminasi hasil dan penyusunan dokumen rekomendasi kebijakan (policy brief). Hasil kegiatan pendampingan ini menghasilkan pangkalan data (database) SDI Kabupaten Ponorogo Tahun 2026 yang terukur dan tervalidasi secara ilmiah.

Kata Kunci: *Sports Development Index (SDI)*, pembinaan olahraga, Kabupaten Ponorogo, kebijakan keolahragaan

Abstrack

Sports development at the regional level requires a data-driven decision-making approach to ensure that sports development policies are effective and well-targeted. This community service initiative aims to facilitate and assist the Ponorogo Regency Government in mapping and measuring the sports development index using the 2026 Sports Development Index (SDI) instrument. The target population comprises various sports stakeholders in Ponorogo Regency, including the Department of Culture, Tourism, Youth, and Sports (Disbudparpora); the National Sports Committee of Indonesia (KONI); the Association of Physical Education, Sports, and Health Teachers (IGPJOK); sports communities and clubs; and the general public at the sub-district level. The implementation employs an integrated participatory approach consisting of five key stages: (1) program coordination and dissemination; (2) training (technical guidance) for the local enumerator team; (3) assistance with field data collection across the nine core SDI dimensions (open spaces, human resources/sports personnel, participation, physical fitness, health, economic development, physical literacy, personality, and performance/achievement); (4) quantitative-qualitative data analysis and regional SDI profile mapping; and (5) dissemination of results and the drafting of policy recommendations (policy brief). The outcome of this assistance initiative is a scientifically validated and measurable 2026 SDI database for Ponorogo Regency.

Keywords: *Sports Development Index (SDI)*, sports development, Ponorogo Regency, sports policy

PENDAHULUAN

Pembangunan keolahragaan nasional di Indonesia telah memasuki era transformasi fundamental seiring dengan diterbitkannya Peraturan Presiden Nomor 86 Tahun 2021 tentang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) serta Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan. Kedua payung hukum tersebut mengamanatkan bahwa pembangunan olahraga tidak lagi boleh dipandang secara parsial atau sekadar berfokus pada muara akhir prestasi atlet di panggung kompetisi (*elite sport*). Pembangunan keolahragaan modern mensyaratkan pendekatan yang holistik, terstruktur, berbasis bukti ilmiah (*evidence-based policy*), serta mengintegrasikan pilar hulu—yakni partisipasi dan kebugaran masyarakat luas—dengan pilar hilir, yaitu pembinaan prestasi olahraga dunia. pembangunan olahraga tidak hanya difokuskan pada pencapaian prestasi atlet semata, tetapi juga pada peningkatan partisipasi masyarakat dalam aktivitas fisik dan olahraga (Harliawan et al., 2024). SDI merupakan indeks komposit yang menggambarkan tingkat pembangunan olahraga di suatu wilayah dengan mempertimbangkan beberapa dimensi utama, yaitu partisipasi masyarakat dalam olahraga, ketersediaan ruang terbuka olahraga, Tingkat kebugaran jasmani masyarakat, serta ketersediaan sumber daya manusia keolahragaan (Kurniasandi et al., 2025).

Kesehatan yang baik mengarah pada kondisi fisik yang sehat dan berkembangnya sumberdaya manusia yang berkualitas (Salahudin & Rusdin, 2020). Oleh karenanya, kita perlu adanya upaya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh kita. Olahraga adalah aktivitas fisik dan psikis seseorang untuk membantu menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan dan kebugaran seseorang setelah Latihan (Salahudin & Rusdin, 2020). Olahraga merupakan kegiatan fisik yang sangat penting bagi kesehatan dan kebugaran jasmani. Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh untuk berfungsi secara efektif dalam bekerja atau melakukan aktivitas lainnya (Safitri et al., 2024). Hal ini telah dibuktikan melalui penelitian sederhana dan molekuler. Di zaman modern ini, olahraga dibutuhkan bukan hanya sebagai sarana pencegahan penyakit, tapi juga sebagai sarana penyembuhan dan rehabilitasi. Selain itu, masyarakat umum umumnya menyadari manfaat yang diberikan olahraga bagi kesehatan fisik. Tetapi hanya sedikit orang yang tahu bahwa olahraga juga bermanfaat untuk kesehatan dan mental (Lubis & Nuralita, 2021). Olahraga adalah urutan aktivitas fisik yang teratur dan terencana yang bertujuan untuk memelihara gerakan (melestarikan kehidupan) dan meningkatkan kinerja atletik

(meningkatkan kualitas hidup). Ini berarti bahwa olahraga digunakan sebagai suatu aktivitas untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas kehidupan. Mempertahankan dan meningkatkan Kesehatan, seperti halnya pola makan, tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memiliki efek positif terhadap kesehatan mereka yang berolahraga (Lestari, 2021). Jika orang hanya melihat orang lain berolahraga, seperti halnya melihat orang makan, seseorang tidak bisa merasakan nikmatnya berolahraga dan tidak bisa menikmati manfaat Kesehatan dari berolahraga. Olahraga merupakan sarana yang mendorong pertumbuhan dan perkembangan fungsi fisik, mental dan sosial (Saputra, 2020). Sejak dahulu, Olahraga dikenal sebagai aspek penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan tubuh seseorang. Gaya hidup yang sehat melalui olahraga mempunyai efek yang sangat positif dan sangat besar bagi kesehatan fisik serta mental seseorang. Sebagai institusi pendidikan tinggi, perguruan tinggi mempunyai peran strategis dalam membentuk perilaku dan sikap mahasiswa terhadap olahraga (Ichsanudin et al., 2024).

METODE

Kegiatan dilaksanakan selama satu hari dengan waktu satu kali pertemuan, yang difasilitasi oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Ponorogo. Pada proses sosialisasi, DISPORA Kabupaten Ponorogo mengundang narasumber dari Team SDI Universitas Nusantara PGRI Kediri. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2024 di Gedung Serbaguna Pemkab Ponorogo. Peserta sosialisasi ini adalah para pelatih anggota KONI Kabupaten Ponorogo serta perwakilan guru olahraga dari setiap kelurahan yang dipilih secara random. Hasil dari kegiatan sosialisasi ini selanjutnya akan dilakukan test oleh para perwakilan pelatih dan guru olahraga dari tiap kelurahan yang sudah dipilih. Setelah itu hasil dari test akan dijadikan tolak ukur kebugaran di suatu wilayah dan akan dijadikan perbandingan untuk setiap kota/kabupaten yang ada di provinsi Jawa Timur dan selanjutnya akan dijadikan perbandingan untuk tiap provinsi. IPO ini menguji seberapa bugar masyarakatnya melalui test fisik, item yang dipilih untuk pengujian yaitu *Beep Test* (<https://deputi3.kemenpora.go.id/>).

HASIL

Pada kegiatan ini, pemateri atau narasumber menjelaskan tentang sejarah terbentuknya program Indeks Pembangunan Olahraga (IPO) serta memberi bimbingan teknis untuk pengambilan data pada saat nanti terjun ke lapangan. Pelaku pengambilan data test beep test ialah perwakilan pelatih dan guru olahraga dari setiap kelurahan yang

sudah dipilih secara random oleh DISPORA. Setelah warga di test VO2 Max nya selanjutnya data akan dikirim ke Badan Pusat Statistik untuk dihitung. Adapun beberapa kecamatan dan kelurahan yang dipilih untuk menjadi sampling. Kegiatan sosialisasi sudah berakhir, tahap selanjutnya yaitu akan diadakan test yang dilakukan oleh berbagai tingkatan umur dan hasilnya akan diberikan ke Badan Pusat Statistik. Selanjutnya akan dirata ratakan dan diperoleh hasil Indeks Pembangunan Olahraga di Kabupaten Ponorogo.

Gambar 1. Sosialisasi SDI di Kabupaten Ponorogo



PEMBAHASAN

Program Pendampingan Sports Development Index (SDI) di Kabupaten Ponorogo pada tahun 2026 merupakan langkah strategis untuk membangun tata kelola keolahragaan berbasis data (*evidence-based policy*). SDI sebagai instrumen ukur terstandar yang mencakup empat dimensi utama partisipasi masyarakat, ketersediaan ruang terbuka, sumber daya manusia (SDM) keolahragaan, dan kebugaran jasmani—menjadi fondasi penting bagi Dinas Kebudayaan, Pariwisata, Pemuda, dan Olahraga (Disbudparpora) Ponorogo. Melalui pendampingan yang terstruktur, Pemerintah Kabupaten Ponorogo tidak hanya melakukan pemetaan kuantitatif, melainkan juga memperoleh asistensi teknis dalam merumuskan kebijakan yang presisi dan tepat sasaran di sektor keolahragaan.

Pelaksanaan pendampingan ini menjadi kunci dalam menjawab tantangan riil keolahragaan di level tapak, khususnya terkait ketimpangan akses fasilitas dan variasi tingkat partisipasi fisik masyarakat antar-kecamatan. Melalui pendampingan SDI, pemetaan ketersediaan ruang terbuka serta sarana olahraga di seluruh kecamatan dapat dievaluasi secara terukur. Di saat yang sama, dimensi SDM diperkuat dengan meningkatkan kualitas serta kuantitas pelatih, instruktur masyarakat, dan guru pendidikan jasmani di sekolah. Pemetaan yang akurat ini memungkinkan pemerintah daerah mengalokasikan anggaran dan program pembinaan secara adil hingga ke tingkat desa, bukan hanya terpusat di kawasan perkotaan Ponorogo.

Pendampingan SDI tahun 2026 juga disinergikan secara erat dengan arah kebijakan pengembangan infrastruktur daerah, seperti rencana penataan kawasan terpadu di sekitar Stadion Batoro Katong. Pembangunan fasilitas terintegrasi yang menggabungkan fungsi olahraga, ruang publik, dan ekonomi kreatif memerlukan dukungan tingkat partisipasi masyarakat yang tinggi agar pemanfaatan ruang publik berjalan optimal. Data SDI hasil pendampingan memberikan acuan bagi pengelola kawasan dalam merancang agenda kegiatan rutin yang mampu menggerakkan masyarakat untuk berolahraga, sehingga revitalisasi fisik sarana olahraga berbanding lurus dengan peningkatan kualitas kebugaran publik.

Dari sisi olahraga prestasi, pendampingan SDI memperkuat mekanisme pemetaan dan pemantauan bakat sejak dini. Indikator kebugaran jasmani dan partisipasi anak usia sekolah memberikan basis data objektif untuk ajang seperti Pekan Olahraga Pelajar (POPDA/PORJAR) maupun Kejuaraan Kabupaten (Kejurkab). Proses identifikasi atlet potensial tidak lagi mengandalkan pengamatan insidental, melainkan didasarkan pada

profil parameter fisik yang terukur. Sinergi antara pendampingan SDI dan induk organisasi olahraga (KONI/KORMI) mempercepat rantai pembinaan atlet berprestasi yang berkelanjutan di Kabupaten Ponorogo.

Keberlanjutan program pendampingan SDI di Kabupaten Ponorogo pada tahun 2026 pada akhirnya memosisikan olahraga sebagai pilar multidimensi, yaitu sebagai sarana peningkatan derajat kesehatan masyarakat, wadah pencapaian prestasi, dan penggerak ekonomi lokal berbasis *sport tourism*. Pengukuran SDI yang sistematis dan berkala mempermudah evaluasi dampak dari setiap kebijakan publik yang diterbitkan. Langkah ini berpotensi menjadikan Ponorogo sebagai percontohan (*benchmark*) tata kelola pembangunan olahraga berbasis data yang adaptif dan inklusif di Jawa Timur

KESIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2025, bertempat di Aula Gedung PEMKAB Kabupaten Ponorogo. Kegiatan diikuti oleh 30 peserta dari perwakilan pelatih dan guru olahraga. Narasumber pada kegiatan sosialisasi ini langsung dari team SDI Universitas Nusantara PGRI Kediri kegiatan ini berjalan dengan lancar serta pengambilan data yang cepat dan lancar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada kampus Universitas Nusantara PGRI Kediri khususnya Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi kemudian Dinas Pendidikan dan Olahraga Kabupaten Ponorogo, team Ahli SDI Universitas Nusantara PGRI Kediri, serta semua pihak yang sudah berperan dalam kegiatan pengabdian ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terimakasih juga kepada Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang telah memfasilirasi dan membantu dalam proses kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Harliawan, M., Prasetyo, Y., & Graha, A. S. (2024). Dampak frekuensi berolahraga terhadap kesehatan mental karyawan di kota makassar. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 13(1), 32–42.
- Ichsanudin, A. M. P., Hamdani, M. F. H., Prakoso, M. L. T., Nugraha, S. S., & Fu'adin, A. (2024). Pandangan mahasiswa terkait pentingnya olahraga bagi kesehatan. *Pubmedia Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(2), 10.

- Kurniasandi, I., Williyanto, S., Kaonang, K., & Wahyudin, I. (2025). Sosialisasi Dan Bimbingan Teknis Indeks Pembangunan Olahraga (Ipo) Di Wilayah Kota Tangerang Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Bersama Masyarakat Indonesia*, 3(1), 1–9.
- Lestari, E. (2021). Tingkat Kecemasan Pemain Futsal Putri Nps Surabaya Dalam Menghadapi Pertandingan Futsal Yang Telah Di Ikuti. *Prestaasi Olahraga*, 11–18.
- Lubis, D. M., & Nuralita, N. S. (2021). Upaya Pengembangan Ibu Aisyiyah menjadi Kader Kesehatan yang Memiliki Pengetahuan tentang Manfaat Olahraga bagi Kesehatan Intelektual dan Emosional. *Prodikmas Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 34–37.
- Safitri, K. N., Irdhillah, S., Deskia, M., Naufaldy, M. F., Rahayu, R., Kusumawicitra, N., Triwanvi, S., & Mulyana, A. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56.
- Salahudin, S., & Rusdin, R. (2020). Olahraga meneurut pandangan agama islam. *Ilmu Sosial Dan Pendidikan*.
- Saputra, S. A. (2020). Menjaga imunitas dan kesehatan tubuh melalui olahraga yang efektif. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara IV*, 33–42.