

PENGEMBANGAN *WELLNESS TOURISM* DI TAMAN WISATA ALAM GUNUNG PANCAR SENTUL KABUPATEN BOGOR

(*THE DEVELOPMENT OF WELLNESS TOURISM AT MOUNT PANCAR SENTUL NATURE PARK, BOGOR REGENCY*)

Roels Ni Made Sri Puspa Dewi*, Ansel Anandya Patmadiwiria

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Bunda Mulia, Tangerang, Indonesia

*roelspuspa16@gmail.com

Abstract

Mount Pancar Nature Park is located in the Sentul area, Bogor Regency, West Java. This tourist attraction has natural tourism potential which is very suitable as a location for health tourism. The purpose of this study was to examine the potential for nature tourism. The development of Wellness Tourism can be a choice of new activities besides just enjoying nature tourism in tourist attractions. Methods of data collection are done by observation, interviews, literature study, and documentation. Determining informants using purposive sampling by conducting in-depth interviews with managers and visitors with amount thirty people. The data obtained were analyzed using an interactive model. The results of this study are the potential for nature tourism in the Gunung Pancar Nature Tourism Park in the form of pine forests, open natural areas, and paths for sports activities. Wellness Tourism activities are divided into four categories, namely: mind mental activity or education in the form of activities to open mind-body therapy training, health nutrition or diet in the form of serving healthy food from places to eat, body physical fitness or treatment beauty in the form of cycling sports, open aerobics classes in nature and jogging, and relaxation rest or meditation, namely doing yoga activities.

Keywords: *Pengembangan, Potensi Wisata, Taman Wisata Alam, Wellness Tourism*

Abstrak

Taman Wisata Alam Gunung Pancar berlokasi di daerah Sentul Kabupaten Bogor Jawa Barat. Daya tarik wisata ini mempunyai potensi wisata alam yang sangat cocok dijadikan sebagai lokasi untuk pariwisata kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengkaji potensi wisata alam yang ada di Taman Wisata Alam Gunung Pancar. Pengembangan *Wellness Tourism* dapat menjadi pilihan aktivitas baru selain hanya menikmati wisata alam di daya tarik wisata. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, studi pustaka dan dokumentasi. Penentuan informan menggunakan *purposive sampling* dengan melakukan wawancara mendalam dengan pengelola dan pengunjung berjumlah tiga puluh orang. Selanjutnya data yang sudah didapatkan dianalisis dengan model interaktif. Hasil penelitian ini adalah potensi wisata alam yang ada di Taman Wisata Alam Gunung Pancar berupa Hutan Pinus, area alam terbuka serta jalur untuk melakukan kegiatan olahraga. Aktivitas *Wellness Tourism* dibagi empat kategori yaitu *Health and Wellness tourism* yaitu: *mind mental activity or education* berupa kegiatan membuka kelas pelatihan *mind body therapy*, *health nutrition or diet* berupa menyajikan makanan yang sehat dari tempat makan yang ada di TWA Gunung Pancar, *body physical fitness or beauty care* berupa kegiatan olahraga bersepeda, membuka kelas aerobik di alam dan jogging, dan *relaxation rest or meditation* yaitu melakukan kegiatan yoga di alam terbuka.

Kata Kunci: *Pengembangan, Potensi Wisata, Taman Wisata Alam, Wellness Tourism*

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 membuat banyak sekali perubahan pada dunia pariwisata. Perubahan tersebut dapat dilihat dari pengelolaan obyek wisata maupun bentuk aktivitas wisata. Pada masa pandemi wisatawan akan berpikir dua kali untuk melakukan perjalanan wisata (Putri, dkk 2021). Kondisi ini membutuhkan penyesuaian dengan kebutuhan wisatawan. Wisatawan dapat berwisata namun juga sekaligus dapat manfaat dari aktivitas wisata yang dilakukan. Bencana pandemi tidak hanya mengganggu kesehatan fisik masyarakat namun juga kesehatan mental. Covid-19 yang menyebar begitu cepat memaksa orang-orang untuk berdiam diri di rumah. Perubahan pengelolaan obyek wisata berupa penerapan kenormalan baru dengan menerapkan protokol kesehatan CHSE dan melaksanakan 6 M yaitu: mencuci tangan dengan air mengalir, menjaga jarak, memakai masker, membatasi mobilitas, menjauhi kerumunan dan menghindari makan bersama (SE No. 16/2021). Bentuk kegiatan wisata juga banyak mengalami perubahan seperti tidak ada lagi pariwisata massal atau wisata kelompok. Aktivitas wisata pada masa pandemi lebih banyak ke wisata minat khusus. Wisata minat khusus (*special interest tourism*) adalah bentuk kegiatan dengan wisatawan individu atau kelompok kecil yang bertujuan untuk belajar dan berupaya mendapatkan pengalaman tentang suatu hal di daerah yang dikunjungi (Fandeli, 2002). Salah satu contoh bentuk wisata minat khusus yaitu *Wellness Tourism*.

Wellness Tourism adalah aktivitas atau kegiatan berwisata dengan jangka waktu tertentu di suatu daerah atau obyek wisata bersifat individu dengan kegiatan yang terdiri dari relaksasi, kebugaran jasmani, kedamaian mental dan aktivitas lainnya yang mengarah pada kesehatan fisik dan mental (Mueller dan Kaufman, 2007). *Wellness Tourism* sudah banyak mulai dikembangkan baik di dunia maupun di Indonesia.

Potensi wisata adalah segala sesuatu yang ada di kawasan wisata yang dapat menarik minat wisatawan untuk mengunjungi suatu obyek wisata. Keberadaan potensi wisata di

suatu kawasan dapat mendorong terciptanya suatu pembangunan pariwisata yang baik. Semakin bagus potensi wisata yang dimiliki, semakin besar juga peluang kawasan tersebut dapat dikembangkan. Potensi wisata merupakan kemampuan suatu wilayah yang dapat dimanfaatkan untuk pembangunan industri pariwisata mencakup alam maupun hasil karya manusia (Nugroho, 2011). Sumber daya yang dapat dikembangkan menjadi lebih besar dan dapat menarik kunjungan serta mendatangkan kepuasan (Kuntarto dan Murnisari, 2016). Potensi wisata dapat dibagi menjadi 3 yaitu: potensi alam, potensi kebudayaan dan potensi manusia (Yoeti, 2008). Potensi alam merupakan segala sesuatu yang ada di alam baik berupa keberagaman flora dan fauna serta lansekap suatu wilayah yang dapat dikembangkan menjadi wisata alam.

Wisata alam adalah suatu bentuk rekreasi dan pariwisata yang memanfaatkan potensi sumber daya alam dan ekosistemnya baik dalam bentuk otentik alam maupun perpaduan dengan daya cipta manusia (Suwena dan Widyatmaja, 2010). Wisata alam sebagai perwujudan obyek wisata yang berasal dari keanekaragaman hayati, keindahan ekosistem, ekowisata yang dapat memberikan manfaat kepada pengelola dan wisatawan (Azhari, 2017). Obyek wisata alam dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu obyek wisata alam dalam kawasan konservasi dan obyek wisata alam luar wilayah konservasi. Wisata alam yang berada dalam kawasan konservasi yaitu: taman nasional, taman wisata, taman buru, taman laut dan taman hutan raya. Sedangkan obyek wisata alam yang berada di luar kawasan konservasi berupa wana wisata atau taman safari yang dikelola oleh badan usaha baik swasta maupun perseorangan (Fandeli dan Muhammad, 2009). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa potensi wisata alam adalah segala jenis dan bentuk kekayaan alam yang dapat dikembangkan menjadi suatu obyek wisata atau kawasan wisata. Potensi wisata alam dapat berupa ekowisata, kenakeragaman hayati flora dan fauna, ekosistem dan perpaduan lansekap alam dengan hasil karya atau buatan manusia.

Wellness Tourism adalah kegiatan berwisata yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kesehatan baik fisik maupun mental seseorang. *Wellness Tourism* dapat dikategorikan ke dalam *health tourism* yaitu pada *illness prevention tourism* dan *spa* atau *convalescence tourism* (Mueller dan Kaufman, 2007). Pengertian *Wellness Tourism* dapat diartikan sebagai sebuah konsep pariwisata yang menjadikan produk dan jasa wisata dapat dikreasikan menjadi sebuah destinasi wisata yang dapat memberikan kesehatan jasmani dan rohani wisatawan (Utama, 2011). Pariwisata kesehatan sebagai sebuah perjalanan yang terkait dengan upaya mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan pribadi seseorang. *Wellness Tourism* mencakup semua pengeluaran yang dilakukan wisatawan selama perjalanan untuk meningkatkan atau mempertahankan kesejahteraan mereka (*Global Wellness Institute, 2020*)

Kategori produk dari *Health and Wellness tourism* yaitu: *mind mental activity or education, health nutrition or diet, body physical fitness or beauty care, dan relaxation rest or meditation* (Mueller dan Kaufman, 2007). Pengertian dan contoh kegiatan wisata dari produk tersebut adalah sebagai berikut:

1. *Mind Mental Activity or Education*, berupa kegiatan untuk melatih pikiran dan belajar mengendalikan pikiran dengan baik.
2. *Health Nutrition or Diet*, berupa kegiatan untuk kesehatan fisik mulai dari edukasi tentang nutrisi dan pola hidup sehat atau diet untuk mendapatkan berat badan yang ideal.
3. *Body Physical Fitness or Beauty Care*, berupa kegiatan untuk melatih kebugaran fisik melalui olahraga fitness dan kecantikan seperti spa dan kegiatan memanjakan diri lainnya.
4. *Relaxation Rest or Meditation*, kegiatan berupa relaksasi pikiran dan badan dengan melakukan aktivitas yoga dan meditasi.

Beberapa daerah di Indonesia yang sudah mengembangkan *Wellness Tourism* sebagai daya tarik wisata ada lima yaitu Pura Mangkunegaran Solo, The Yoga Barn Ubud, Rumah Atsiri Karanganyar Jawa Tengah, Pabrik Sido Muncul Semarang dan Nurkadhatyan Spa Ambarukmo Yogyakarta (Kemeparekraf, 2021). Daerah lain juga sudah mulai banyak dikembangkan yaitu wilayah

Jakarta, Sumatra dan Bali. Indonesia sebagai negara yang banyak sekali mempunyai sumber daya alam dan kawasan sangat baik untuk mendukung pengembangan wisata *Wellness Tourism*. Salah satu wilayah tersebut adalah kawasan wisata Sentul Bogor yaitu Taman Wisata Alam Gunung Pancar.

Taman Wisata Alam Gunung Pancar merupakan salah destinasi wisata yang memiliki kawasan alam hutan pinus yang cukup luas dan asri. Taman Wisata Alam Gunung Pancar selanjutnya disebut TWA Gunung Pancar mempunyai banyak potensi wisata yang dapat dikembangkan.. Lokasi taman wisata yang tidak jauh dari kota Jakarta sekitar 1 jam menjadikan lokasi ini sangat tepat digunakan untuk *healing* mental dari hiruk pikuknya ibu kota. Terletak pada ketinggian 300-800 meter membuat kualitas udara masih sangat asri dan mempunyai fasilitas yang sudah sangat memadai. Potensi yang dimiliki Taman Wisata Alam Gunung Pancar yaitu berupa kawasan hutan pinus, *jogging* dan *cycling track, camping ground*, pemandian air panas dan aktivitas penyejuk hati lainnya. Berdasarkan potensi wisata yang ada, Taman Wisata Alam Gunung Pancar sangat cocok dikembangkan menjadi pariwisata kesehatan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengidentifikasi potensi wisata yang dimiliki Taman Wisata Alam Gunung Pancar. Penelitian ini juga bertujuan sebagai kajian pengembangan Taman Wisata Alam Gunung Pancar sebagai *Wellness Tourism*. Semakin banyak pilihan destinasi pariwisata kesehatan, semakin banyak juga pilihan aktivitas wisatawan. Keberadaan obyek wisata dapat tetap bertahan di tengah pandemi serta wisatawan dapat pilihan aktivitas wisata yang menyehatkan fisik serta mental.

METODE

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, studi kepustakaan dan dokumentasi. Observasi dilakukan dengan pengamatan langsung di obyek wisata TWA Gunung Pancar Bogor. Pengamatan secara langsung dilakukan untuk mendapatkan gambaran mengenai potensi wisata yang dimiliki. Lokasi Taman Nasional Gunung Pancar terletak di Jalan Desa Kampung Cibural Kecamatan Babakan Madang Bogor Jawa Barat. Metode penentuan

informan menggunakan *Purposive Sampling* yaitu metode penentuan sampel yang dianggap paling mengetahui tentang apa yang akan diteliti dengan menggunakan kriteria-kriteria tertentu dari peneliti (Sugiyono, 2018). Wawancara mendalam dilakukan kepada pengelola TWA Gunung Pancar. Informan dipilih dari wisatawan yang secara langsung ditemui di obyek wisata Taman Wisata Alam Gunung Pancar untuk mendapatkan gambaran mengenai bentuk aktivitas *Wellness Tourism* yang diinginkan oleh wisatawan. Jumlah sampel keseluruhan yang diambil adalah tiga puluh orang yang terdiri dari wisatawan dan pengelola TWA Gunung Pancar. Pengumpulan data yang terakhir dengan dokumentasi di obyek wisata untuk menunjukkan secara nyata potensi wisata alam yang dimiliki oleh TWA Gunung Pancar.

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah metode analisis data model interaktif. Model interaktif terdiri dari *data collection* (pengumpulan data), *reduction data* (reduksi data), *data display* (penyajian data) dan *conclusion drawing* (penarikan kesimpulan) Miles, Huberman dan Saldana, 2014). Pengumpulan data dari observasi, wawancara, studi pustaka dan dokumentasi kemudian data di reduksi. Reduksi data dilakukan dengan memilih data dari hasil observasi dan wawancara yang sesuai dengan kebutuhan penelitian. Penyajian data penelitian berupa dokumentasi dari obyek wisata beserta deskripsi hasil penelitian. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan menuliskan hasil penelitian secara singkat.

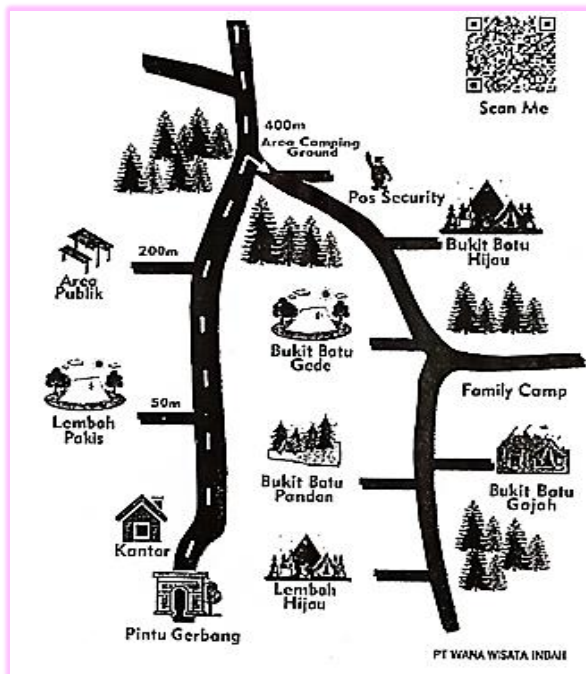
Hasil yang diharapkan dalam penelitian ini adalah kajian mengenai pengembangan potensi wisata alam yang ada di TWA Gunung Pancar. Potensi alam dapat menjadi aktivitas *Wellnes Tourism* yang sangat baik. Wisata alam secara alami dapat memberikan ketenangan pikiran dan kesehatan mental terhadap wisatawan. Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan pariwisata yang sudah berlangsung di TWA Gunung Pancar dengan menambahkan aktivitas wisata seperti kegiatan wisata *Wellnes Tourism*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Potensi Wisata Alam Gunung Pancar

TWA Gunung Pancar termasuk kawasan hutan pinus yang beberapa spotnya dijadikan tempat untuk melakukan aktivitas wisata. Oleh karena itu potensi wisata alam yang dimiliki

TWA Gunung Pancar dapat dimanfaatkan untuk berbagai kegiatan yang bernuansa alam. Berikut denah mengenai potensi wisata alam yang ada di TWA Gunung Pancar.



Gambar 1. Denah Lokasi TWA Gunung Pancar
Sumber: Sekretarian PT. Wana Wisata Indah, 2022

TWA Gunung Pancar mempunyai cukup banyak area untuk melakukan kegiatan perkemahan sekaligus untuk menikmati suasana alam yang masih sangat asri. Area terbuka tersebut terdiri atas Bukit Batu Gajah, Lembah Pakis, Bukit Batu Hijau, Bukit Batu Pandan, Bukit Batu Gede dan Lembah Hijau. Spot *Camping Ground* tersebut mempunyai kapasitas berbeda-beda mulai dari 100 bahkan sampai 500 orang. Selain itu sudah disediakan fasilitas yang lengkap seperti kamar mandi, listrik, peralatan kemah serta lokasi ibadah.



Gambar 2. Area terbuka TWA Gunung Pancar
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

1. Tracking Jogging dan Cycling

Wilayah TWA yang cukup luas dan sudah dilengkapi oleh beberapa jalur untuk mengadakan olahraga di alam terbuka beserta jalur bersepeda. Jalur tersebut sudah dibuat jalur sepanjang kira-kira 30 menit sampai 1 jam jalur untuk bersepeda. Akses jalan setapak juga sudah dibentuk seperti taman pinus alami sehingga menambah kesegaran dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Jalur di mulai dari pintu masuk sampai di penghujung jalan utama dan putar balik kembali ke pintu masuk. Ketika melakukan aktivitas olahraga akan ditemani oleh para pekerja maupun para pemuda yang berada di lokasi.



Gambar 3. *Jogging dan Cycling Track*
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

2. Hutan Pinus

Taman Wisata Alam Gunung Pancar terdiri dari wilayah hutan pinus mencapai sekitar 400 hektar yang sebenarnya berada dibawah naungan Kementerian Kehutanan dan Lingkungan Hidup. Kemudian PT. Wana Wisata membuka usaha untuk melakukan berbagai aktivitas wisata. Di kawasan TWA dapat melakukan aktivitas lainnya seperti foto prewedding, acara gathering dan outbond, beragam spot foto cantik dan wisata trekking ke air terjun. Pada kawasan TWA juga terdapat pemandian air panas alami yang berasal dari kaki gunung, namun saat ini sudah dikelola warga sekitar di Desa Cimandala secara mandiri.



Gambar 4. Kawasan Hutan Pinus TWA Gunung Pancar.
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

3. Fasilitas Wisata di TWA Gunung Pancar

Sarana dan Prasarana di TWA Gunung Pancar sudah sangat lengkap. Walaupun tergolong kawasan hutan tetapi fasilitas sudah dibangun dengan baik. Hal ini dikarenakan lokasi dari TWA Gunung Pancar tidak jauh dari permukiman kota yaitu Kota Sentul Kabupaten Bogor Jawa Barat. Fasilitas tersebut berupa kamar mandi dan toilet, tempat beribadah, lahan parkir motor dan mobil, sekretariat PT. Wana Wisata sebagai pusat informasi pengunjung, pos keamanan, area spot foto dan tempat makan. Lokasi tempat makan yang ada di kawasan TWA Gunung Pancar cukup beragam dan banyak pilihan menu makanan yang disediakan. Warung-warung makan ini dikelola oleh masyarakat lokal dan ada juga berupa koperasi yang dikelola oleh PT. Wana Wisata. Koperasi Catering Gunung Pancar membuka menu catering yang dapat dipesan oleh pengunjung mulai dari menu sarapan, menu makan lengkap serta aneka makanan ringan.



Gambar 5. Fasilitas Pinus TWA Gunung Pancar
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

Kawasan TWA Gunung Pancar juga sudah dilengkapi dengan sertifikasi CHSE. Pengunjung yang masuk harus melakukan scan Peduli Lindungi terlebih dahulu. Pengelola juga menyediakan beberapa spot untuk mencuci tangan serta pengecekan suhu badan ketika di pintu masuk.

Pengembangan Potensi Wisata Alam sebagai *Wellness Tourism*

Taman Wisata Alam Gunung Pancar mempunyai banyak potensi alam yang dapat dikembangkan menjadi pariwisata kesehatan. *Wellness tourism* adalah salah satu bentuk kegiatan wisata yang tergolong wisata minat khusus dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental seseorang yang terdiri dari kesejahteraan batin, emosional, spiritual serta sosial (Voigt et al, 2010). Pengembangan *Wellness Tourism* di TWA Gunung Pancar mengambil konsep aktivitas *Wellness Tourism* yang dikemukakan oleh (Mueller dan Kaufman, 2007). Kategori produk dari *Health and Wellness tourism* yaitu: aktivitas melatih pikiran dan mental, nutrisi kesehatan, pelatihan fisik dan kecantikan serta meditasi atau relaksasi.

Mind Mental Activity or Education

Definisi dari *mind mental activity* yaitu berupa aktivitas yang dilakukan untuk dapat melatih pikiran dan belajar mengendalikan pikiran dengan baik. Aktivitas ini juga dapat tergolong ke dalam kemampuan seseorang untuk *Mind Mapping*. Metode *Mind Mapping* secara makna dapat berupa memetakan pikiran seseorang (Buzan, 2004). Kegiatan yang dapat dilakukan melalui kegiatan *Mind Body Therapy* yang terdiri dari pengendalian pikiran, emosi dan kondisi fisiologis (Wyatt dan Seid, 2009).

Kegiatan untuk belajar dan melatih *mind mental* di Taman Wisata Alam Gunung Pancar dapat dilakukan dengan membuka kelas terapi kepada pengunjung yang datang. Kegiatan tersebut dilakukan langsung di alam terbuka sehingga dapat memudahkan untuk perbaikan kesehatan mental atau saat ini sering kita kenal dengan kata *healing*. Kelas yang dibuka dapat mendatangkan para ahli dibidang *mind mental activity* dan setiap kelas beranggotakan maksimal 10 orang. Kegiatan tersebut bisa dilakukan reservasi terlebih dahulu melalui sosial media yang akan ditambahkan pada website pengelola TWA Gunung Pancar.

Kegiatan yang diharapkan oleh wisatawan pada saat berkunjung ke TWA Gunung pancar yaitu *Brain Exercises*. Wisatawan dapat berpartisipasi dalam kegiatan melatih pikiran yang disediakan oleh pengelola. Kegiatan ini juga bagus untuk mengasah kemampuan berpikir anak misalkan kegiatan bermain puzzles, berlatih memusatkan pikiran dengan permainan tertentu. Aktivitas tersebut dapat dilakukan seperti menyusun area perkemahan lewat game puzzles yang dapat disusun oleh pengunjung.



Gambar 6. Lokasi kegiatan *Mind Mental Activity*
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

Health Nutrition or Diet

Berupa kegiatan untuk kesehatan fisik mulai dari edukasi tentang nutrisi dan pola hidup sehat atau diet untuk mendapatkan berat badan yang ideal. Pengertian *Health Nutrition or Diet* yaitu berupa pola pengaturan ketika konsumsi baik makanan dan minum dengan melakukan modifikasi terhadap porsi dengan tujuan tertentu (Sandjaja, 2009). Pola hidup sehat dengan menerapkan tidak mengkonsumsi makanan dan minuman secara berlebihan terutama yang banyak mengandung gula, minyak, lemak dan sebagainya. Gaya hidup untuk mendapatkan nutrisi yang baik bagi tubuh yaitu mengkonsumsi buah, sayuran, daging serta karbohidrat secara seimbang.

Taman Wisata Alam Gunung Pancar sudah memiliki usaha catering yang dapat dipesan kapanpun oleh pengunjung. Paket makanan yang tersedia terdiri dari menu sarapan 3 paket, menu makanan lengkap 13 paket serta aneka jajanan tradisional. Paket-paket makanan yang sudah tersedia dapat dimodifikasi untuk memenuhi kebutuhan *Health Nutrition or Diet* termasuk penjumlahan kalori yang dibutuhkan tubuh dalam sehari. Selain itu banyak masyarakat yang membuka usaha di

kawasan TWA Gunung pancar dan dapat diarahkan untuk menyiapkan makanan empat sehat lima sempurna. Lokasi warung makan yang dikelola masyarakat langsung menghadap hamparan pemandangan perbukitan Gunung Pancar yang sangat bagus, hal ini dapat menambahkan kesan untuk menikmati sajian yang dihidangkan.



Gambar 7. Lokasi tempat makan di TWA Gunung Pancar
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

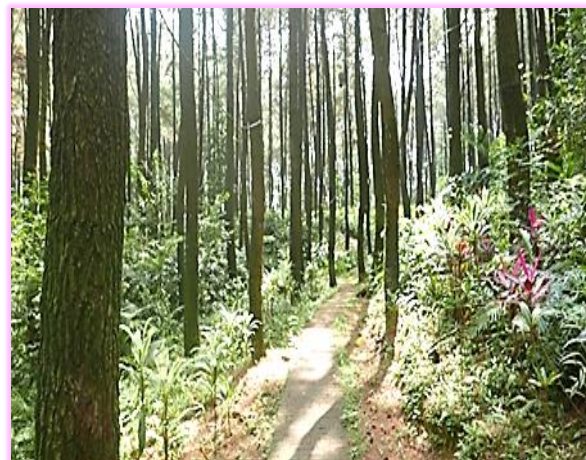
Body Physical Fitness or Beauty Care

Kebugaran jasmani tubuh atau perawatan kecantikan berupa kegiatan untuk melatih kebugaran fisik melalui olahraga fitness dan kecantikan seperti spa dan kegiatan memanjakan diri lainnya. Kebugaran fisik mengacu pada kemampuan sistem tubuh untuk bekerja sama secara efisien untuk memungkinkan menjadi sehat dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari. Menjadi efisien berarti melakukan aktivitas sehari-hari dengan usaha sesedikit mungkin (Sutrisno dan Khadafi, 2010). Sedangkan perawatan kecantikan berkaitan dengan perawatan wajah dan tubuh yang biasanya melibatkan pembersihan dan pijatan serta aplikasi krim kosmetik.

Kegiatan kebugaran fisik yang dapat dilakukan di TWA Gunung Pancar yaitu dengan membuka kelas aerobik, *jogging* pada pagi hari serta bersepeda di kawasan alam Gunung Pancar. Jalur *jogging* serta bersepeda sudah dibuka dan memiliki trek yang cukup Panjang sehingga dapat mendukung kegiatan untuk kebugaran fisik. Setelah mendapat kebugaran fisik yang maskmimal maka aura kecantikan juga dapat terpamcar dengan sendirinya. Fisik yang sehat dapat menghadirkan wajah yang *fresh* dan *natural*.

Wisatawan yang berkunjung ke TWA Gunung Pancar ingin merasakan perawatan badan maupun wajah bisa dilakukan berdampingan dengan alam terbuka seperti di Ubud Bali. Kegiatan spa

yang dapat langsung merasakan sejuknya udara sambil mendengarkan suara-suara yang alami.



Gambar 8. *Jogging dan Cycling Track*
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

Relaxation Rest or Meditation

Relaksasi dan meditasi merupakan kegiatan berupa relaksasi pikiran dan badan dengan melakukan aktivitas yoga dan meditasi. Pengertian meditasi merupakan pelatihan mental atau rohani dengan tujuan mendapatkan kemampuan dalam melakukan kontrol emosi (Subandi, 2002).

TWA Gunung Pancar sangat baik digunakan sebagai lokasi untuk meditasi dan relaksasi pikiran. Lokasinya yang tidak jauh dari ibu kota sehingga dapat menjadi tempat untuk menghilangkan penat pikiran. Kegiatan meditasi dilakukan di area terbuka dan lahan datar yang berada ditengah-tengah hutan pinus yang asri. Kualitas udara yang bersih dan lingkungan yang asri dapat mendukung kegiatan meditasi. Berdasarkan dengan wawancara yang dilakukan dengan beberapa wisatawan, mereka sangat mengharapkan banyak kegiatan yang dilakukan pada daya tarik wisata tidak semata-mata hanya melihat-lihat saja. Tetapi bisa ikut terlibat dan melakukan langsung kegiatan yang berkaitan dengan melatih pikiran, seperti kegiatan yoga dan meditasi bersama.

Selain itu di kawasan TWA Gunung Pancar tersedia aktivitas terapi ikan untuk menambah kegiatan wisata berbasis kesehatan. Terdapat banyak sekali manfaat terapi ikan seperti: mengangkat sel kulit mati pada area kaki, merangsang pertumbuhan sel kulit, melancarkan peredaran darah, menghilangkan bakteri merugikan dan sebagai obat Psoriasis alami (Daya.id, 2011).



Gambar 9. Spot Terapi Ikan
Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2022

Menurut wawancara yang dilakukan wisatawan dapat berwisata di TWA Gunung Pancar sekaligus terapi ikan dan mendapatkan banyak manfaat dari tambahan kegiatan tersebut. Kaki terasa lebih ringan dan rileks ditemani dengan sejuknya pematangan disekitarnya.

KESIMPULAN

Potensi wisata alam yang dimiliki oleh TWA Gunung Pancar terdiri dari area alam terbuka, *jogging* dan *cycling track* dan hutan pinus. Fasilitas yang dimiliki juga sudah sangat lengkap seperti parkir, tempat ibadah, beragam spot foto, tempat bermain anak sampai tempat makan yang beragam. Aktivitas wisata yang disediakan di TWA Gunung Pancar dikelola oleh pihak swasta yang bernama PT. Wana Wisata Indah. Perusahaan ini menawarkan banyak aktivitas wisata yang dapat dilakukan seperti berkemah, kegiatan *outbond* dan *gathering*, foto *pre-wedding*, dan catering makanan.

Pengembangan aktivitas wisata berbasis *Wellness Tourism* dapat dikategorikan menjadi empat yaitu: *mind mental activity or education* berupa kegiatan melatih pikiran dengan membuka kelas *mind body therapy*, *health nutrition or diet* berupa menyajikan makanan sehat dan bernutrisi pada tempat makan di kawasan TWA Gunung Pancar, *body physical fitness or beauty care* yaitu dapat melakukan kegiatan berupa *jogging* dan bersepeda di jalur yang sudah disediakan, dan *relaxation rest or meditation berupa kegiatan yoga* dan meditasi di alam terbuka.

Keseluruhan aktivitas *Wellness Tourism* dapat menambah rangkaian kegiatan wisata yang dapat

dilakukan di TWA Gunung Pancar. Wisatawan dapat memilih banyak alternatif kegiatan wisata yang dapat menyehatkan tidak hanya secara fisik namun juga dari segi mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada P3M (Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) Universitas Bunda Mulia yang telah memberikan dana penuh untuk mendukung penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Civitas Prodi *Hospitality* dan Pariwisata atas dukungan dan kerjasamanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azhari, A.K. (2017). Kolaborasi dan Kerja Sama Pengelolaan Obyek Wisata Alam: Kendala dan Prospeknya di Era Otonomi Daerah. *Journal of Tourism and Creativity*. Vol.1 No.2 Juli 2017. ISSN: 2549-483X.
- Budi Sutrisno & Muhamad Bazin Khafadi. (2010). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan 2. Jakarta: Pusat Perbukuan Kemendiknas 2010.
- Buzan, T. (2004). *Mind Map Untuk Meningkatkan Kreativitas*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Fandeli, C. (2002). *Perencanaan Kepariwisata Alam*, Yogyakarta: Fakultas Kehutanan Universitas Gadjah Mada.
- Fandeli dan Muhammad. (2009). *Prinsip-prinsip Dasar Mengkonservasi Lanskap*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Global Wellness Institute. (2020). What is Wellness?. Cited in <https://globalwellnessinstitute.org/what-is-wellness/what-is-wellness-tourism/>. [21 Januari 2022].
- Kementrian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2021). Infografik: 5 Destinasi Rekomendasi *Wellness Tourism*. Cited in <https://kemenparekraf.go.id/rumah-difabel/INFOGRAFIK%3A-5-Destinasi-Rekomendasi-Wellness-Tourism>. [21 Januari 2022].
- Kuntarto, A. dan Murnisari, R. (2016). Analisis Potensi Wisata dan Kesadaran Wisata terhadap Kepuasan Wisatawan Domestik (Studi pada Pantai Pehpulo di Desa

- Sumbersih Kecamatan Panggungrejo, Kabupaten Blitar. *Jurnal Penelitian Manajemen Terapan (PENATARAN)*. Vol. 1 No.1 (2016) halaman 36-49.
- Miles, M.B., Huberman, A.M., dan Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook, Edition 3*. USA: Sage Publications.
- Mueller dan Kaufmann. (2007). *Wellness Tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry*. Research Institute for Leisure and Tourism, University of Berne, Engehaldenstrasse 4, CH-3012 Bern, Switzerland.
- Putri, E. R. W.E., Kurniawati, E., dan Apriadi., D.W. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Aktivitas Sosial-Ekonomi Masyarakat Kawasan Wisata Songgoriti. *Gulawentah-Jurnal Studi Sosial*. Volume 6, No. 2.
- Sandjaja. (2009). *Kamus Gizi : Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Penerbit Kompas.
- Subandi, M.A. (2002) *Psikoterapi: Pendekatan konvensional dan Kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surat Edaran (SE) Satgas Penanganan Covid-19 Nomer 16 Tahun 2021 tentang Ketentuan Perjalanan Orang dalam Negeri pada Masa Pandemi *Corona Virus Disease* 2019.
- Suwena, I.K. dan Widyatmaja, I.G.N. (2010). *Pengetahuan Dasar Ilmu Pariwisata*. Udayana University Press. Denpasar.
- Smith, M. dan Puczko, László. (2009). *Health and Wellness Tourism*. Butterworth-Heinemann is an imprint of Elsevier, Linacre House, Jordan Hill, Oxford OX2 8DP, UK 30 Corporate Drive, Suite 400, Burlington, MA 01803, USA.
- Tim Penulis Daya. (2011). *Aktivitas Sehat: Manfaat Terapi Ikan yang Luar Biasa untuk Kesehatan Tubuh*. Cited in <https://www.daya.id/kesehatan/tips-info/aktivitas-sehat/manfaat-terapi-ikan-yang-luar-biasa-untuk-kesehatan-tubuh>. [17 April 2022].
- Utama, I.G.B.R. (2011). *Health and Wellness Tourism Jenis dan Potensi Pengembangannya di Bali*. Cited in <https://www.researchgate.net/publication/273694787>. DOI: 10.13140/RG.2.1.4130.0649.
- Voigt, C., Laing, J., Wray, M., Brown, G., Howatt, G., Weiler, B., & Trembath, R. (2010). *Wellness and Medical Tourism in Australia: a scoping study*. Australia: Gold Coast.

