

REMPAH-REMPAH SEBAGAI POTENSI WELLNESS TOURISM DI INDONESIA

¹I Gede Sutana, ²Ida Ayu Devi Arini

¹Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja, ²Guru Pemkab Badung

Email: sutanagde@gmail.com, dayudevi86@gmail.com

ABSTRAK

Wellness tourism telah menjadi tren wisata baru dalam beberapa tahun terakhir bagi wisatawan. *Wellness tourism* merupakan perjalanan transformatif sebagai peluang untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan holistik pada wisatawan yang menempatkan kebugaran sebagai gaya hidup sehat. *Wellness Tourism* juga dipahami sebagai perjalanan yang terencana untuk memberikan asupan pada tubuh, pikiran, dan jiwa pada kondisi yang seimbang. Sehubungan dengan fenomena tersebut, Indonesia melalui Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif mengembangkan wisata *wellness* di Indonesia dengan menjadikan alam dan kekayaan budaya Indonesia sebagai daya tariknya. Salah satu kekayaan alam Indonesia yang mempunyai potensi dalam *wellness tourism* di Indonesia adalah rempah-rempah. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji potensi rempah-rempah dalam *wellness tourism* di Indonesia. Analisis yang digunakan adalah studi kepustakaan serta disajikan melalui analisis interpretatif dan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rempah-rempah menjadi salah satu komoditas penting di Indonesia sejak jaman dahulu hingga saat ini dalam pengembangan *wellness tourism* di Indonesia. Banyak pusat kebugaran di Indonesia yang menawarkan program kesehatan holistik yang mencakup yoga, meditasi, terapi pijat, dan penggunaan rempah-rempah sebagai bagian dari perawatan kesehatan dan kebugaran. Sebagai daya tarik *wellness tourism*, rempah-rempah digunakan sebagai bahan olahan jamu dan lulur, mandi rempah, serta sebagai aroma terapi.

Kata Kunci : Rempah-rempah, *Wellness tourism*

ABSTRACT

Wellness tourism has become a new tourist trend in recent years for tourists. *Wellness tourism* is a transformative journey as an opportunity to nurture and enhance holistic health in travelers who place wellness as a healthy lifestyle. *Wellness tourism* is also understood as a planned journey to provide intake to the body, mind and soul to a balanced condition. In connection with the phenomenon, Indonesia through the Ministry of Tourism and Creative Economy is developing wellness tourism in Indonesia by making the natural and cultural wealth of Indonesia. One of the wealth of Indonesia that has potential in wellness tourism in Indonesia is spices. Therefore, this study examines the potential of spices in wellness tourism in Indonesia. Research is descriptive-qualitative research. The method of analysis used is a library study and analysis and is presented by means of interpretative and descriptive analysis. The results of this study show that spices have become one of the most important commodities in Indonesia since before the masses to this day. These reservoirs have great potential in the development of wellness tourism in Indonesia. Many wellness centres in Indonesia offer holistic health programs that include yoga, meditation, massage therapy, and the use of spices as part of health and wellness care. As a wellness tourism attraction, the spices is used as a spice treatment ingredient, spice bath, as well as a therapeutic aroma.

Keywords: Spices, *Wellness tourism*

PENDAHULUAN

Pergeseran tren wisata dari hiburan ke *wellness tourism* merupakan fenomena yang terjadi beberapa tahun terakhir. Pergeseran ini bukan berarti bahwa wisata hiburan telah kehilangan daya tariknya, tetapi *wellness tourism* telah menjadi pilihan bagi wisatawan yang mencari keseimbangan dalam hidup mereka. *Wellness tourism* merupakan perjalanan transformatif yang mendorong perubahan dari “kondisi yang tidak baik” ke “kondisi yang terbaik”, serta menjadikan perjalanan sebagai peluang untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan holistik pada diri wisatawan yang menempatkan *wellness* sebagai gaya hidup sehat. *Wellness tourism* juga dipahami sebagai “perjalanan yang terencana untuk memberikan asupan ke tubuh (*body*), pikiran (*mind*) dan jiwa (*spirit*) hingga mencapai suatu kondisi yang seimbang. Asupan tersebut diejawantahkan dalam berbagai kegiatan *wellness* yang memenuhi 6 (enam) dimensi *wellness*, antara lain: (1) dimensi fisik; (2) dimensi emosi; (3) dimensi sosial; (4) dimensi mental; (5) dimensi lingkungan; dan (6) dimensi spiritual (Utama, et al., 2023).

Global Wellness Institute, melansir *wellness tourism* akan menjadi tren utama dalam sektor pariwisata. Ini ditandai dengan kemunculan *mindful travel* yang bukan sekedar perjalanan dengan kegiatan *mindfulness* secara praktis seperti yoga atau meditasi semata. Tetapi lebih kepada perjalanan yang mendekatkan diri dengan kehidupan alam, berinteraksi dengan budaya setempat atau melakukan kontemplasi yang memberikan makna positif bagi kehidupan (Kemenparekraf, 2021).

Peningkatan yang signifikan dalam tren *wellness tourism*,

diperkirakan dalam tahun-tahun mendatang menunjukkan betapa pentingnya kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual bagi masyarakat dunia. Fakta bahwa pertumbuhan *wellness tourism* melebihi pertumbuhan pariwisata umum menunjukkan bahwa wisatawan semakin mengutamakan pengalaman yang memberikan manfaat kesehatan dan kebahagiaan. *Wellness trip* pada tahun 2017 mencapai 830 juta perjalanan dan diperkirakan mengalami pertumbuhan sebesar 8,1%, mencapai sekitar 1,2 miliar perjalanan pada tahun 2022. Peningkatan ini memberikan peluang bagi industri pariwisata untuk terus mengembangkan dan diversifikasi produk dan layanan yang berkaitan dengan *wellness tourism*. Hal ini menggambarkan bagaimana orang semakin memprioritaskan kesehatan dan kesejahteraan dalam gaya hidup mereka dan mencari pengalaman yang dapat mendukung tujuan ini selama perjalanan mereka (Jabbar, 2023).

Melihat peluang dan juga tantangan pariwisata baru di era “New Normal” ini, Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif/Badan Pariwisata dan Ekonomi Kreatif perlu mendorong pengembangan produk wisata yang berbasis pada dimensi-dimensi *wellness* (berupa dimensi fisik, emosi, sosial, mental, lingkungan dan spiritual) pada destinasi-destinasi wisata yang bisa merepresentasikan kekayaan dan keragaman budaya dalam alam Indonesia. Nilai-nilai dan tradisi warisan budaya Indonesia perlu untuk dikenali lebih mendalam, digali dan dikemas ulang untuk menjadi produk wisata *wellness* yang unik dan autentik. Sehingga memiliki identitas yang kuat dan dikenal dalam skala dunia (Strategis, 2020).

Indonesia adalah salah satu negara yang memiliki potensi besar

untuk mengembangkan wisata kesehatan. Indonesia, dihuni oleh lebih dari 300 suku bangsa, 742 bahasa, dan memiliki tradisi serta ekspresi budayanya, merupakan laboratorium budaya terbesar di dunia. Sebagian besar karya dan peninggalan budaya ini telah diakui sebagai warisan budaya dunia. Indonesia, dengan 51 taman nasional, berada di urutan ketiga negara dengan keanekaragaman hayati terbesar di dunia, hanya kalah dari Brazil dan Zaire. Keanekaragaman hayati ini mencakup 35 spesies primata, di mana 25% asli; Indonesia menjadi rumah bagi 16% reptil dan amfibi di dunia; dan 17% burung di dunia, di mana 26% endemic (Kemenparekraf, 2021).

Global Wellness Institute (2014) menyebutkan bahwa pengembangan produk *wellness tourism* sering dikombinasikan dengan produk wisata budaya, *eco/sustainable tourism*, wisata olahraga, serta wisata kuliner dan *medical tourism*. Indonesia mempunyai tradisi penyembuhan yang berpijak pada keseimbangan antara tubuh, pikiran dan jiwa. Leluhur bangsa Indonesia mempunyai pengetahuan atas keseimbangan tubuh, pikiran dan jiwa seperti yang terdapat di relief Candi Borobudur, naskah-naskah lontar di Bali dan manuskrip di keraton era Mataram Islam. Pengetahuan *holistic wellness* yang memanfaatkan budaya dan kekayaan alam Nusantara merupakan potensi yang dapat digunakan sebagai referensi pengembangan *wellness tourism* di Indonesia (Prismawati & Suryawan, 2022).

Pendekatan "*holistic wellness*" ini sudah dikenal oleh para leluhur Nusantara (terutama di Bali dan Jawa) dan diwariskan dari generasi ke generasi hingga menjadi bagian dari budaya kebugaran dalam konteks kekinian. Budaya kerajaan-kerajaan

yang terkait dengan pengobatan dan kesehatan, serta perawatan tubuh dan kecantikan mempunyai potensi yang besar untuk dikembangkan menjadi produk *wellness tourism* yang unik dan otentik. Selain itu, perlu diingat bahwa keberagaman bumi (*geodiversity*), keberagaman hayati (*bio-diversity*) dan keberagaman etnik (*ethno-diversity*) di Indonesia yang sangat luar biasa, jika dikembangkan dengan tepat dapat menjadi bagian dari pengemasan produk-produk wisata kebugaran Indonesia. Salah satu kekayaan keberagaman hayati Indonesia yang dapat memiliki potensi sebagai produk *wellness tourism* di Indonesia adalah rempah-rempah (Kemenparekraf, 2021).

Indonesia dikenal sebagai "Negeri Rempah-Rempah" karena banyaknya berbagai jenis rempah-rempah berharga dari alamnya. Rempah-rempah Indonesia telah menjadi komoditas perdagangan yang sangat penting sejak zaman kuno dan telah menarik pedagang dari seluruh dunia, termasuk Asia dan Eropa. Cengkeh, pala, lada hitam, kunyit, jahe, dan kayu manis adalah beberapa rempah-rempah Indonesia yang paling terkenal. Mereka telah memainkan peran penting dalam budaya dan sejarah Indonesia. Selain itu, selama berabad-abad, rempah-rempah Indonesia telah mendunia dan menjadi komoditas perdagangan yang sangat menguntungkan. (Mauizah, 2022).

daya tarik rempah-rempah Indonesia telah dikenal sejak zaman kuno oleh para pedagang dari Asia dan Eropa yang datang ke Indonesia pada abad ke-5 untuk membeli rempah-rempah terbaik di dunia. Namun, potensi rempah-rempah sebagai produk *wellness tourism* belum cukup dipromosikan, terutama dalam kaitannya dengan perawatan tubuh dan kecantikan serta pengobatan dan aroma terapi. Oleh karena itu, penulis ingin

membahas rempah-rempah sebagai potensi *wellness tourism* di Indonesia.

METODE

Tulisan ini mengkaji rempah-rempah sebagai daya Tarik *wellness tourism* di Indonesia merupakan suatu kajian fenomena terhadap keberadaan rempah-rempah sebagai potensi *wellness tourism* di Indonesia perlu mendapat sentuhan akademis sebagai produk *wellness tourism* yang merupakan keberagaman hayati Indonesia. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif-kualitatif. Metode analisis yang digunakan dalam kajian ini adalah studi kepustakaan dan analisis dokumen yang terkait dengan bidang kajian, dan memaparkannya dengan cara analisis interpretasi dan deskripsi dalam memberikan analisis tentang rempah-rempah sebagai potensi *wellness tourism* di Indonesia sebagai objek kajian.

PEMBAHASAN

1. Keberadaan Rempah-Rempah di Indonesia

Rempah-rempah merupakan salah satu komoditas penting yang dihasilkan alam Indonesia, telah memainkan peran penting dalam pertumbuhan perdagangan global. Perdagangan rempah-rempah sudah ada sejak zaman kuno, tetapi tidak diketahui kapan rempah-rempah mulai diperdagangkan melalui perdagangan maritim yang melintasi batas negara dan benua. Sebelum era Masehi, kepulauan Nusantara, atau wilayah yang sekarang dikenal sebagai Indonesia, telah dikenal di seluruh dunia sebagai tempat penghasil kayu cendana, rempah-rempah, dan bahan beraroma harum lainnya.

Jalur rempah yang membentang dari lautan Nusantara hingga benua afrika dan eropa diduga telah dikenal

jauh sebelum jalur sutra. Ini masuk akal karena kepulauan Nusantara telah dikenal sejak sebelum era Masehi sebagai tempat penghasil rempah-rempah, kayu, cendana, dan emas di India, Asia Barat, dan Eropa. Hingga tahun 400 M, sastrawan India Kalidasa menggunakan kata "Divantara" dalam karya puisinya. Kata itu mengacu pada pulau yang menghasilkan rempah-rempah. Divantara yang dimaksud jelas adalah kepulauan Nusantara, terutama maluku di bagian timurnya. Seperti yang diketahui, wilayah Indonesia bagian Timur seperti Ternate, Tidore, Makian, Moti, Banda, dan Bacan adalah rumah bagi rempah-rempah, terutama cengkeh dan pala. (Kemendikbud, 2016).

Sejak awal abad pertengahan, kebutuhan rempah-rempah telah meningkat. Permintaan rempah-rempah yang meningkat mendorong negara-negara Eropa untuk mencari sumber rempah-rempah di luar Eropa. Salah satu orang Eropa yang mencoba menemukan rempah-rempah di negara Timur adalah Cosmas Indicopleustes dari Alexandria. Sekitar tahun 548 masehi, dia mengunjungi India dan Ceylon, dan mengatakan bahwa Ceylon adalah tempat perdagangan rempah-rempah yang penting. Setelah itu, informasi tentang jalur laut dan lokasi baru ini tersebar luas di seluruh Eropa. Ini menjadi titik tolak bagi perjalanan laut orang Eropa mencari rempah-rempah (Hakim, 2015).

Keragaman rempah-rempah kepulauan Indonesia menyebabkan malapetaka dan penjajahan di Indonesia. Daya tarik kepulauan Indonesia menarik orang Eropa untuk menguasai dan memainkan peran politik dominan di Indonesia. Negara pertama yang datang ke Indonesia untuk mengeksplorasi rempah-rempah adalah Portugal. Dalam upaya mereka untuk menemukan sumber rempah-

rempah dan mengeksplorasi dunia baru, orang Portugis mengarungi samudera. Armada Portugis tiba di Indonesia dari Malaka setelah berangkat dari Eropa, melalui Afrika, India, dan akhirnya tiba di Malaka. Untuk memperkuat dominasinya di Asia Tenggara, Portugis mulai masuk ke Pulau Jawa dan bekerja sama dengan kerajaan Sunda. Spanyol adalah negara kedua yang datang ke Eropa untuk mencari rempah-rempah, tetapi Portugis tidak dapat menguasai Jawa karena perlawanan Demak. Pada tahun 1521, Spanyol tiba di Maluku melalui jalur Filipina untuk masuk ke perairan Indonesia. Negara ketiga dari Eropa yang datang ke Indonesia adalah Belanda. Cornelis de Houtman menemukan cara untuk masuk ke Indonesia. Pelayaran, yang dipimpin oleh de Houtman dengan empat kapal ekspedisi, Amsterdam, Hollandia, Mauritius, dan Duyfken, membuka jalan ke Indonesia, terutama Banten, dalam upaya menguasai rempah-rempah di dunia timur. Perusahaan Hindia Timur Belanda (*Verenigde Oostindische Compagnie*, VOC) memainkan peran penting dalam penjajahan Indonesia pada tahun 1700-an dan 1800-an, terutama dalam hal memiliki kendali yang kuat atas perdagangan rempah-rempah. VOC juga memainkan peran penting dalam monopoli perdagangan rempah-rempah di seluruh Indonesia. VOC sering terlibat dalam konflik dan perang dengan penguasa lokal dan kerajaan nusantara dalam mempertahankan monopolinya terhadap perdagangan rempah-rempah. Setelah VOC menghabiskan banyak uang untuk perang pada tahun 1816, kerajaan Belanda mengambil alih bisnis tersebut. Dengan memperluas komoditi pertanian yang dipaksakan untuk ditanam pada tahun 1830, sistem tanam paksa, juga dikenal sebagai *cultuurstelsel*, dibuat untuk memperkuat

monopoli dan peran perdagangan hasil bumi. Penduduk juga harus menanam kopi selain rempah-rempah. Secara keseluruhan, selama hampir 350 tahun pemerintahan Belanda di Indonesia, hasil bumi dan rempah-rempah Indonesia sangat penting (Kartodirjo, 2014).

Kini Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif telah mulai mengembangkan program wisata yang memanfaatkan berbagai cagar budaya yang terkait dengan jalur rempah. Kemudian juga dikembangkan industri seni seperti kriya dan *fashion* yang menggunakan motif dan pewarna rempah alami. Selain itu, pertumbuhan wisata *wellness* dan industri kuliner yang menghasilkan makanan dan minuman sehat berbasis rempah untuk meningkatkan daya tahan tubuh adalah dorongan besar selama pandemi COVID-19. Selain Kemenparekraf, Kementerian Pertanian juga berusaha untuk mengembalikan popularitas rempah Nusantara dengan meremajakan dan memperluas kebun rempah dan meningkatkan industri hilir pengolahan dan pemasarannya. Sementara Kementerian Kesehatan juga mulai membangun industri obat herbal dan kecantikan berbasis rempah asli Nusantara (Kemendikbudristek, 2022).

2. Potensi Rempah-Rempah Sebagai Daya Tarik *Wellness Tourism* di Indonesia

Rempah-rempah memiliki potensi besar sebagai daya tarik dalam industri *wellness tourism* di Indonesia. Ini disebabkan oleh sejumlah faktor yang membuat rempah-rempah sangat relevan dalam konteks kesehatan, kesejahteraan, dan kecantikan. Di Indonesia, rempah-rempah digunakan sebagai produk wisata *wellness*. Banyak pusat *wellness* di Indonesia menawarkan program kesehatan holistik yang mencakup yoga, meditasi, terapi pijat,

dan penggunaan rempah-rempah sebagai bagian dari perawatan kesehatan dan kesejahteraan. Ini menciptakan pengalaman yang komprehensif bagi para wisatawan yang mencari pemulihan dan relaksasi. Dalam wisata *wellness* di Indonesia, rempah-rempah sebagai bagian dari perawatan kesehatan dan kesejahteraan memiliki potensi sebagai daya tarik *wellness tourism*, seperti jamu, lulur dan mandi rempah, serta aroma terapi.

A. Jamu

Indonesia telah lama dikenal dengan rempah-rempah dan tumbuh-tumbuhannya yang berkhasiat sebagai obat. Generasi nenek moyang kita telah menggunakan tumbuhan ini untuk membuat berbagai macam obat tradisional, salah satunya adalah jamu tradisional. Warisan budaya asli Indonesia, jamu, telah diwariskan dari generasi ke generasi. Jamu, tanpa diragukan lagi, harus dikembangkan menjadi produk kesehatan yang unggul dan bermanfaat karena merupakan aset nasional yang sangat potensial. (Sutana & Dwipayana, 2020).

Menurut ahli bahasa Jawa Kuno, istilah "Djampi" dan "Oesodo" berasal dari kata "Djampi", yang berarti penyembuhan yang menggunakan ramuan obat-obatan atau doa-doa dan ajian-ajian, dan "Oesodo" berarti kesehatan. Jamu adalah obat tradisional yang dibuat dari tumbuh-tumbuhan, hewan, dan mineral serta sediaan galeniknya (sediaan sarian), atau campuran dari bahan-bahan ini yang belum dibekukan dan digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (Hadi, 2022).

Pemanfaatan jamu dalam wisata *wellness* adalah salah satu cara yang menarik untuk memadukan tradisi pengobatan tradisional Indonesia dengan pengalaman kesehatan dan kesejahteraan bagi para wisatawan. Berikut beberapa aspek pemanfaatan

jamu dalam wisata *wellness* di Indonesia (Nisak, Nurbayani, & Komariah, 2022):

1. Pengenalan terapi jamu
Pada wisata *wellness*, pengunjung dapat mempelajari lebih lanjut tentang terapi jamu, cara penggunaannya, serta manfaat kesehatan yang mungkin diberikannya. Ini dapat mencakup kuliah atau lokakarya yang mengajarkan tentang rempah-rempah dan penggunaan jamu dalam perawatan kesehatan.
2. Pengalaman Minum Jamu
Wisatawan dapat mencoba minum jamu yang disiapkan secara tradisional. Ini memberi mereka pengalaman rasa yang unik sambil merasakan manfaat kesehatan yang mungkin diberikan oleh campuran rempah-rempah. Pengalaman ini juga dapat menjadi cara yang baik untuk memperkenalkan pengunjung pada kekayaan rempah-rempah Indonesia.
3. Paket Perawatan Jamu
Banyak resor dan pusat *wellness* menawarkan paket perawatan yang mencakup terapi jamu. Ini mungkin termasuk pijatan dengan minyak jamu, mandi rempah-rempah, atau masker wajah menggunakan bahan-bahan jamu. Paket-paket ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan melalui penggunaan rempah-rempah.
4. Konsultasi Kesehatan Jamu
Para wisatawan mungkin juga dapat berkonsultasi dengan ahli jamu atau herbalis yang dapat memberikan rekomendasi khusus berdasarkan kebutuhan kesehatan mereka. Hal ini menciptakan pengalaman yang

lebih pribadi dan disesuaikan dalam perawatan *wellness*.

5. Belajar Membuat Jamu Sendiri
Pengunjung juga dapat diberikan kesempatan untuk belajar cara membuat jamu mereka sendiri, baik dengan mengikuti kelas memasak jamu atau mengikuti tur ke kebun rempah-rempah. Ini adalah pengalaman yang edukatif dan bisa membantu wisatawan menggabungkan penggunaan rempah-rempah dalam rutinitas kesehatan mereka ketika mereka kembali ke rumah.

6. Penekanan pada keberlanjutan
Dalam pemanfaatan jamu dalam wisata *wellness*, penting untuk mempromosikan praktik berkelanjutan dalam pengumpulan dan penggunaan bahan-bahan jamu. Ini dapat mencakup pertanian organik dan metode pengolahan yang ramah lingkungan.

Pemanfaatan jamu dalam wisata *wellness* menciptakan peluang bagi pengunjung untuk mengalami warisan budaya dan kesehatan tradisional Indonesia sambil merasakan manfaat kesehatan yang mungkin diberikan oleh rempah-rempah dan jamu. Hal ini juga membantu mendukung industri jamu dan memberikan pengetahuan kepada Masyarakat dan wisatawan tentang pentingnya menjaga tradisi kesehatan yang berkelanjutan.

B. Lulur Rempah

Buku Herbal Indonesia Berkhasiat, Bukti Ilmiah, dan Cara Racik keluaran Trubus menyatakan bahwa orang Indonesia telah menggunakan ramuan alami untuk kesehatan dan kecantikan setidaknya ratusan tahun yang lalu. Karya sastra tembang terbesar dalam kesusastraan Jawa Baru, Serat Centhini, masih hidup karena

mengandung banyak pengetahuan dan budaya. Studi tentang cara bangsa kita sejak lama menggunakan rempah dan herbal untuk menjaga kesehatan dan kecantikan dijelaskan dalam kitab tersebut. Kisah-kisah tentang bagaimana bahan alami ini digunakan untuk kecantikan paling banyak ditemukan di kehidupan keraton. Salah satunya adalah jampi yang dibuat di Kerajaan Mataram, yang sekarang dikenal sebagai Yogyakarta, pada tahun 1700-an. Itu mencakup sekitar 3.000 resep jamu. Sementara Namun, buku Louise J. "The Essence of Indonesia Spa" mengatakan bahwa ada banyak jenis lulur, seperti lulur kuning lawa, lulur bengkoang, lulur boreh Bali, lulur coklat, lulur teh, lulur papaya, lulur kopi, lulur garam, dan lulur stroberi. Lulur kuning Jawa, yang dibuat dengan sari tepung beras, kunyit, pandan wangi, dan temu giring, mendinginkan kulit dan membuatnya tampak lebih langsung, membersihkan, dan halus (Silfi & Widjajanti, 2015).

Lulur adalah produk kosmetik yang digunakan untuk membersihkan, melunakkan, menghaluskan, dan meremajakan kulit. Mengangkat sel kulit mati, mencerahkan, menghilangkan bau badan, dan meningkatkan kelenturan kulit adalah beberapa kegunaan lulur. Biasanya, beras dicampur dengan berbagai rempah-rempah, seperti bubuk kopi, wortel, alpukat, teh hijau, dan bunga-bunga lainnya, untuk membuat lulur untuk kesehatan kulit. Lulur telah lama digunakan oleh putri-putri Keraton Jawa. Lulur digunakan setiap hari selama empat puluh hari selama acara pernikahan. Sementara lulur tradisional yang ada di Bali atau dikenal dengan nama *boreh* Bali digunakan untuk mengeluarkan racun dari tubuh, menghangatkan tubuh, merelaksasi otot, memperlancar peredaran darah, melembutkan kulit, dan mengimbangi

suhu tubuh. Lulur rempah dapat dibuat dengan kunyit, cengkeh, pala, lengkuas, jahe, dan kayu manis (Prihatina, 2013).

Salah satu aspek yang menarik dari wisata *wellness* Indonesia adalah lulur rempah. Lulur rempah adalah prosedur spa atau perawatan tubuh yang menggunakan campuran rempah-rempah alami untuk kecantikan dan kesehatan. Perawatan lulur rempah adalah bagian dari beberapa paket wisata *wellness*. Dengan demikian, lulur rempah menjadi daya tarik utama bagi wisatawan yang mencari perpaduan antara relaksasi, peremajaan, dan budaya. Ini menciptakan pengalaman yang unik dan menarik bagi wisatawan yang mencari perawatan kesehatan dan kecantikan yang alami dan tradisional. Selain itu, hal ini mendukung industri spa dan kecantikan Indonesia dan penggunaan bahan lokal. (Sofrida, 2018).

Cara lain untuk merawat kulit adalah dengan mandi rempah atau berendam dalam air rempah. Biasanya, berbagai rempah dicuci dengan air dingin lima gayung atau enam liter. Kemudian, lima lembar pandan diiris halus, dua buah jeruk purut dibelah dua, seperempat kilogram temu giring dikupas dan diiris tipis, seperempat kilogram daun kemuning dibersihkan dari tangkainya, tiga batang daun serai dibersihkan, dan satu ons kayu manis dibersihkan. Kemudian campuran direbus hingga mendidih. Kemudian disaring dengan kain tipis dan dimasukkan ke dalam ember mandi yang besar. Setelah itu, tambahkan air dingin dan campurkan hingga kuku menjadi hangat suam-suam. Berendam selama sekitar 45 menit untuk air rendaman rempah ini. Setelah mandi dengan air rempah, tubuh akan merasa segar, cerah, dan penuh dengan aroma. Mandi rempah juga dapat memperlancar peredaran darah, mengatasi berbagai keluhan penyakit,

serta menghilangkan bau badan (Silfi & Widjanti, 2015).

C. Aroma Terapi

Sumber daya hayati seperti rempah-rempah dan herba telah lama memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Rempah-rempah adalah bagian tumbuhan yang digunakan sebagai bumbu, pengharum, penguat cita rasa, dan pengawet makanan. (Hakim, 2015). Aromaterapi rempah adalah salah satu elemen yang menarik dalam *wellness tourism*, yang menggabungkan manfaat dari rempah-rempah dengan aroma yang dapat meningkatkan kesejahteraan. Berikut adalah beberapa cara pemanfaatan aromaterapi rempah dalam *wellness tourism* (Juniastuti, 2009):

1. Pijatan Aromaterapi:

Banyak resor dan pusat *wellness* menawarkan pijatan aromaterapi yang menggunakan minyak esensial rempah-rempah. Minyak esensial seperti lavender, kayu manis, cengkih, atau jahe dapat digunakan dalam pijatan untuk meredakan stres, meningkatkan sirkulasi darah, dan merelaksasi otot. Ini menciptakan pengalaman yang santai dan menyehatkan bagi para wisatawan.

2. Terapi Mandi Aromaterapi:

Terapi mandi aromaterapi dengan tambahan minyak esensial rempah-rempah dapat memberikan manfaat relaksasi dan peremajaan kulit. Ini menciptakan pengalaman spa yang unik, di mana pengunjung bisa merendam diri dalam campuran air hangat dan aroma rempah-rempah yang menenangkan.

3. Diffuser Aromaterapi:

Di dalam kamar atau vila tempat tinggal, pengunjung sering

diberikan diffuser aromaterapi yang mengeluarkan aroma rempah-rempah. Ini dapat membantu dalam menciptakan atmosfer yang tenang dan santai, mempromosikan tidur yang nyenyak, atau mengurangi stres.

4. Kelas Aromaterapi:

Beberapa resor dan pusat *wellness* menawarkan kelas aromaterapi di mana pengunjung dapat mempelajari lebih lanjut tentang minyak esensial rempah-rempah, cara menggunakannya, dan manfaat kesehatan yang dapat diberikannya. Ini memberikan pendidikan kepada pengunjung tentang penggunaan aromaterapi dalam perawatan kesehatan dan kecantikan.

5. Paket Perawatan Khusus:

Paket *wellness* khusus mungkin mencakup perawatan aromaterapi rempah, di mana pengunjung dapat menikmati serangkaian perawatan yang mencakup pijatan, mandi aromaterapi, dan perawatan kulit dengan menggunakan minyak esensial rempah-rempah.

Pemanfaatan aromaterapi rempah dalam *wellness tourism* menciptakan pengalaman yang holistik dan menyehatkan bagi para wisatawan. Ini juga membantu dalam mempromosikan keberlanjutan lingkungan dan memperkenalkan penggunaan rempah-rempah dalam perawatan kesehatan dan kesejahteraan.

SIMPULAN

Rempah-rempah menjadi salah satu komoditas penting di Indonesia. Keberadaan rempah-rempah Indonesia sudah diburu oleh bangsa Eropa bahkan sebelum era masehi. Kini rempah-rempah masih memiliki peranan

penting sebagai salah satu komoditas di Indonesia. Kini rempah-rempah memiliki potensi sebagai daya Tarik bagi dunia pariwisata di Indonesia, khususnya wisata *wellness* atau *wellness tourism*.

Daya tarik rempah-rempah dalam industri *wellness tourism* di Indonesia disebabkan oleh sejumlah faktor yang membuat rempah-rempah sangat relevan dalam konteks kesehatan, kesejahteraan, dan kecantikan. Banyak pusat *wellness* di Indonesia menawarkan program kesehatan holistik yang mencakup yoga, meditasi, terapi pijat, dan penggunaan rempah-rempah sebagai bagian dari perawatan kesehatan dan kesejahteraan. Sebagai daya tarik *wellness tourism*, rempah-rempah dimanfaatkan sebagai bahan olahan jamu, lulur dan mandi rempah, serta aroma terapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadi, W. (2022). Studi Eksploratif Tentang Sentra Jamu Tradisional Di Daerah Istimewa Yogyakarta Sebagai Daya Tarik Wisata Kesehatan. *Khasanah Ilmu: Jurnal Pariwisata dan Budaya*, Vol.13 No.1, 55-62.
- Hakim, L. (2015). *Rempah dan Herba Kebun-Pekarangan Rumah Masyarakat: Keragaman, Sumber Fitofarmaka, dan Wisata Kesehatan-Kebugaran*. Yogyakarta: Diandra Creative.
- Jabbar, U. (2023). Geliat Pariwisata Wellness Tourism Dalam Masa Pandemi. *Jurnal Manajemen Pariwisata dan Perhotelan*, Vol.1 No.3, 94-106.
- Juniastuti, E. (2009). Terapi Pijat Aromaterapi Dengan Bahan Alami Menuju Industri Kreatif. *Prosiding Seminar Nasional*

- Program Studi Teknik Busana* (pp. 55-61). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kartodirjo, S. (2014). *Pengantar Sejarah Indonesia Baru : 1500-1900 : Dari Emporium Sampai Imperium*. Yogyakarta: Ombak.
- Kemendikbud. (2016). *Jejak Nusantara: Jalur rempah Sebagai Simpul Peradaban Bahari*. Jakarta: Direktorat Sejarah, Direktorat Jendral Kebudayaan, Kemendikbud RI.
- Kemendikbudristek. (2022). *Indonesiana: Kilau Budaya Indonesia (Volume 14)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi RI.
- Kemenparekraf. (2021). *Kajian Wellness Tourism*. Jakarta: Direktorat Kajian Strategis, Deputy Bidang Kebijakan Strategis, Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif RI.
- Mauizah, A. (2022). Jejak Sejarah Dan Peran Jalur Rempah Dalam Jaringan Perdagangan Di Asia Tenggara Pada Awal Abad Masehi Hingga Masa Kolonialisme (1-19 M). *Merdeka Indonesia Journal International* Vol.2, No.1, 35-45.
- Nisak, M., Nurbayani, S., & Komariah, S. (2022). Wellness Tourism Berbasis Kearifan Lokal: Strategi Pengembangan Pariwisata Pasca Covid-19 di Desa Bilebante, Nusa Tenggara Barat. *Pariwisata Pasca Covid-19 di Desa Bilebante, Nusa Tenggara Barat* Vol.7, No.1, 29-35.
- Prihatina, I. (2013). *Kosmetika 1*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan.
- Prismawati, A., & Suryawan, I. (2022). Upaya Peningkatan Kunjungan Wisatawan Wellness Tourism di Desa Adat Bindu, Kabupaten Badung, Bali. *Jurnal Destinasi Pariwisata*, Vol.10 No.2, 232-239.
- Silfi, N., & Widjianti, S. (2015). *Kosmetika Tradisional*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
- Sofrida, R. (2018). *Analisis Pengembangan SPA Batimung Sebagai Daya Tarik Wisata Minat Khusus di Kota Banjarmasin*. Malang: Universitas Brawijaya.
- Strategis, D. K. (2020). *The Strategic Research*. Jakarta: Direktorat Kajian Strategis Deputy Bidang Kebijakan Strategis, Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif/Badan Pariwisata dan Ekonomi Kreatif.
- Sutana, I., & Dwipayana, A. (2020). Perilaku Konsumsi Jamu Tradisional di Tengah Pandemi Covid-19. In *COVID-19: Perspektif Agama dan Kesehatan* (pp. 41-58). Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Utama, I., Suardhana, I., Sutarya, I., Suyadnya, W., Atabuy, F., Suasta, P., & Prasiasa, D. (2023). *Industri Pariwisata: Dulu, Kini, dan Esok*. Yogyakarta: Deepublish.