PENINGKATAN KOMPETENSI PENGELOLA WISATA DAN KEMANDIRIAN PEREMPUAN MELALUI OPTIMALISASI *WELLNESS TOURISM* DI DESA SIDOWAYAH

Ganung Rindra Kusuma[1a], Tsaqifa Sirajuddin Al Amin[1], Bilqish Zaira Latifa[1], Farhan Rizqy Nugroho[1], Alisha Nabiha Nur Ulima Rahmaputri[2], Abdan Faturahman Syakur[1], Ainin Dhita Az Zahro[1], Andrey Hanny Apriandra[1], Arifah Nur Khasanah[1], Berliana Juwita Maharani[1], Catherine Chelsea Simanjuntak[3], Gemilang Guna Sakti[1], Giovany Rochma Safitri[1], Muhammad Zulfikar Bintang Pamungkas[1], Zuleyka Alifa Fikriya[1], Lushiana Primasari[1b], Rysca Indreswari[4], Muhammad Rustamaji[1]

[1]Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir Sutami No. 36A EXT 313, Surakarta, 57127, Indonesia
[2]Program Studi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir Sutami No. 36A EXT 313, Surakarta, 57127, Indonesia
[3]Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir Sutami No. 36A EXT 313, Surakarta, 57127, Indonesia
[4]Program Studi Agribisnis, Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir Sutami No. 36A EXT 313, Surakarta, 57127, Indonesia
[a)]ganungrindra2@student.uns.ac.id [b)]lushianaprimasari@staff.uns.ac.id

Abstract

The development of Sidowayah Tourism Village requires improved human resource capacity to manage the wellness tourism ecosystem. This community service program utilized Participatory Rural Appraisal (PRA) and Experiential Learning (EL) approaches. The core activities consisted of Wellness-Based Tourism Management Governance Training and Wellness-Based Traditional Massage Training, targeting 19 tourism management personnel and 31 local women. The program's effectiveness on tourism governance was evaluated using the Wilcoxon Signed-Rank test, while the massage training outcomes were assessed via in-depth interviews. Statistical analysis revealed a significant enhancement in both participants' knowledge (mean score increased from 7.58 to 17.68; $p<0.001$) and motivation (mean score increased from 7.58 to 17.26; $p<0.001$). Meanwhile, the massage training successfully equipped women with practical service excellence skills. In conclusion, this community service effectively elevated the local community's understanding, motivation, and practical competencies, enabling them to independently, inclusively, and sustainably manage and diversify wellness tourism services.

Keywords: *wellness tourism; participatory rural appraisal; experiential learning; community empowerment*

Abstrak

Pengembangan Desa Wisata Sidowayah memerlukan peningkatan kapasitas sumber daya manusia dalam mengelola ekosistem wellness tourism. Program pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan Participatory Rural Appraisal (PRA) dan Experiential Learning (EL). Kegiatan utama dalam program ini meliputi Pelatihan Tata Kelola Manajemen Wisata dan Pelatihan Massage Tradisional Berbasis Wellness, dengan sasaran 19 orang pengelola wisata dan 31 perempuan desa. Efektivitas program tata kelola dievaluasi dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank, sedangkan hasil dari pelatihan massage dinilai melalui wawancara mendalam. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada aspek pengetahuan peserta, di mana skor rata-rata meningkat dari 7,58 menjadi 17,68 ($p<0,001$). Selain itu, terdapat peningkatan signifikan pada motivasi peserta, dengan skor rata-rata meningkat dari 7,58 menjadi 17,26 ($p<0,001$). Sementara itu, pelatihan massage telah berhasil membekali para peserta perempuan dengan

keterampilan standar pelayanan prima. Kesimpulannya, program pengabdian ini terbukti secara efektif mampu meningkatkan pemahaman, motivasi, dan keterampilan praktis masyarakat. Hal ini menjadikan masyarakat mampu untuk mengelola serta mendiversifikasi layanan desa wisata berbasis wellness tourism secara mandiri, inklusif, dan berkelanjutan.

Kata Kunci: *wellness tourism; participatory rural appraisal; experiential learning; pemberdayaan masyarakat*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental dan kesehatan fisik merupakan dua dimensi fundamental yang menentukan kualitas hidup, kesejahteraan, dan produktivitas masyarakat. Gangguan kesehatan mental menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang terus berkembang (Abdullah et al., 2025). Berdasarkan Global Burden of Disease (GBD) 2021, sekitar 444,4 juta kasus insiden gangguan mental secara global, yang berkontribusi terhadap sekitar 155,4 juta *disability-adjusted life years* (DALYs), serta *age-standardized incidence rate* (ASIR) gangguan mental meningkat sebesar 15,23% selama periode 1990–2021, sementara *age-standardized DALY rate* (ASR) meningkat sebesar 17,28%, menunjukkan kecenderungan peningkatan beban gangguan mental dalam tiga dekade terakhir (Fan et al., 2025). Pada dimensi kesehatan fisik, ketidakaktifan fisik juga merupakan persoalan kesehatan masyarakat global yang signifikan. Kajian (Salvo et al., 2026) menunjukkan bahwa sekitar 7,2% kematian global per tahun dapat dikaitkan dengan ketidakaktifan fisik, sementara hampir satu dari tiga orang dewasa di dunia belum memenuhi rekomendasi aktivitas fisik WHO sebesar 150–300 menit aktivitas aerobik intensitas sedang hingga berat per minggu. Beban kesehatan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan tidak dapat hanya mengandalkan pendekatan kuratif, tetapi memerlukan strategi promotif dan preventif yang mampu mendorong aktivitas fisik, pemulihan psikologis, interaksi sosial, dan kualitas lingkungan kehidupan sehari-hari (Singh et al., 2022).

Perubahan kebutuhan tersebut turut mendorong transformasi dalam sektor pariwisata, dari orientasi rekreasi menuju pengalaman yang semakin berorientasi pada kesehatan dan kesejahteraan. Salah satu bentuk perkembangan tersebut adalah *wellness tourism*, yaitu perjalanan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan personal (Jones, 2024). Berbeda dari pariwisata yang menempatkan kesehatan semata sebagai aktivitas pendukung, *wellness tourism* mengintegrasikan pengalaman yang dapat mendukung dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual kehidupan wisatawan (Dini et al., 2026). Dalam perkembangannya, destinasi semakin dituntut untuk menawarkan pengalaman yang tidak hanya menarik secara rekreatif, tetapi juga memberikan nilai tambah bagi kesejahteraan wisatawan dan keberlanjutan lingkungan (Issn et al., 2023). Hal ini membuka peluang bagi destinasi yang memiliki kekayaan sumber daya alam, budaya, aktivitas fisik, serta pengetahuan lokal untuk mengembangkan produk wisata berbasis *wellness* (Pessot et al., 2021).

Perkembangan kebutuhan terhadap pengalaman wisata yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan menunjukkan bahwa *wellness tourism* memiliki potensi yang semakin signifikan dalam transformasi industri pariwisata. Global Wellness Institute (2024) mencatat bahwa pengeluaran *wellness tourism* mencapai US$893,9 miliar pada 2024, tumbuh rata-rata 6,4% per tahun selama 2019–2024 dan diproyeksikan meningkat 9,1% per tahun pada 2024–2029 hingga mencapai sekitar US$1,38 triliun pada 2029, sementara pada 2024 aktivitas

wellness tourism menghasilkan sekitar 1,24 miliar perjalanan atau 8,3% dari seluruh perjalanan wisata global serta menyumbang 17,6% terhadap total pengeluaran pariwisata. Pertumbuhan tersebut menunjukkan bahwa *wellness tourism* bukan lagi sekadar ceruk pasar (*niche market*), melainkan telah berkembang menjadi salah satu segmen penting dalam ekonomi pariwisata. Karakteristiknya yang mengintegrasikan aktivitas fisik, pemulihan psikologis, interaksi sosial, serta keterhubungan dengan lingkungan dan budaya lokal memberikan peluang bagi destinasi perdesaan untuk mengembangkan produk wisata yang berbasis pada sumber daya lokal (Esfandyari et al., 2023). Oleh karena itu, *wellness tourism* berpotensi tidak hanya meningkatkan diversifikasi dan daya saing destinasi, tetapi juga menciptakan nilai ekonomi bagi masyarakat lokal sekaligus mendorong pemanfaatan dan pelestarian aset alam serta budaya secara berkelanjutan (Uula, 2025).

Urgensi pengembangan pendekatan promotif dan preventif tersebut memiliki relevansi yang kuat dengan tantangan tingginya faktor risiko penyakit tidak menular dan persoalan di Indonesia. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa 37,4% penduduk berusia 10 tahun ke atas belum melakukan aktivitas fisik secara cukup, prevalensi hipertensi mencapai 30,8% pada penduduk berusia 18 tahun ke atas, dan prevalensi diabetes berdasarkan pemeriksaan kadar glukosa mencapai 11,7% pada penduduk berusia 15 tahun ke atas, sedangkan pada aspek kesehatan mental, prevalensi depresi nasional tercatat sebesar 1,4% dengan angka tertinggi 2% pada kelompok usia 15–24 tahun yang didominasi oleh perempuan sebesar 2,8% dibandingkan laki-laki yang sebesar 1,1%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kesehatan masyarakat membutuhkan lingkungan dan aktivitas yang mendorong gaya hidup aktif, relaksasi, interaksi sosial, dan kesejahteraan psikologis, sehingga pengembangan pengalaman berbasis *wellness* menjadi relevan sebagai salah satu pendekatan pelengkap di luar intervensi medis konvensional (Matheus et al., 2024).

Permasalahan tersebut berisian dengan perkembangan *wellness tourism* di Indonesia yang menunjukkan pemulihan dan pertumbuhan yang cukup kuat setelah pandemi. Berdasarkan *Global Wellness Institute* (2023), sektor *wellness tourism* Indonesia tetap mampu mencatatkan 3,3 juta perjalanan dan menduduki peringkat ke-30 global pada tahun 2020, meskipun sempat mengalami kontraksi pengeluaran sebesar 65,1% dari potensi puncaknya sebesar US5,0 miliar pada 2019 menjadi US1,7 miliar pada 2020. Perkembangan tersebut memperoleh dukungan dari arah kebijakan nasional. Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2025–2029 telah memasukkan wisata kebugaran/*wellness tourism* sebagai salah satu bentuk diversifikasi produk pariwisata, berdampingan dengan wisata kesehatan, wisata desa, dan wisata lainnya, serta menekankan pengembangan amenitas, atraksi, pengelolaan destinasi, standar layanan, partisipasi masyarakat, dan pengembangan desa wisata. Sementara itu, pada aspek kompetensi, Keputusan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 247 Tahun 2023 telah menetapkan Standar Kompetensi Nasional Indonesia (SKKNI) Bidang *Wellness*, sedangkan Peraturan Menteri Pariwisata Nomor 4 Tahun 2025 menetapkan Rencana Induk Pengembangan SKKNI Sektor Pariwisata 2025–2029 untuk memperkuat kompetensi sumber daya manusia pariwisata dan mencakup wisata tirta, rumah pijat, SPA, serta aktivitas kebugaran. Kerangka regulasi tersebut diperkuat oleh Peraturan Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Nomor 9 Tahun 2021 tentang Pedoman Destinasi Pariwisata Berkelanjutan, yang menempatkan keberlanjutan, pengelolaan sumber daya, kearifan lokal, dan manfaat bagi masyarakat sebagai bagian penting dalam pembangunan destinasi.

Dalam ekosistem tersebut, perempuan merupakan aktor penting karena memiliki tingkat keterlibatan yang tinggi dalam aktivitas pariwisata, tetapi representasi tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh posisi yang setara dalam pengambilan keputusan dan kepemimpinan. Perempuan hanya menempati 42% dari angkatan kerja global dan 31,7% posisi kepemimpinan senior (Issn & Xviii, 2025). Kesenjangan antara partisipasi dan kepemimpinan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kapasitas perempuan perlu diarahkan tidak hanya pada keterlibatan dalam aktivitas operasional, tetapi juga pada penguasaan keterampilan yang dapat dikonversi menjadi layanan dan usaha produktif (Yuniningsih et al., 2025). Arah ini sejalan dengan Keputusan Bersama Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif, Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, serta Menteri Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi Tahun 2024 tentang Pedoman Desa Wisata Ramah Perempuan, yang secara khusus mendorong pelibatan aktif perempuan, akses terhadap pelatihan dan sumber daya, serta pengembangan produk wisata tematik, termasuk kesehatan/kebugaran (*wellness tourism*). Peluang ini sejalan dengan gagasan bahwa wellness tourism dapat menjadi jalan bagi perempuan berpenghasilan rendah untuk menciptakan nilai dari keterampilan yang secara tradisional telah mereka miliki, sehingga memperluas peluang ekonomi yang selama ini terbatas oleh kendala sosial dan budaya (Dev, 2024). Oleh karena itu, pengembangan keterampilan layanan *wellness* bagi perempuan dapat diposisikan sebagai mekanisme untuk memperluas partisipasi ekonomi sekaligus memperkuat rantai nilai destinasi berbasis masyarakat.

Peluang tersebut memiliki relevansi yang kuat di Kabupaten Klaten, Jawa Tengah, yang memiliki kekayaan sumber daya air dan dikenal dengan sebutan “Kota Seribu Umbul”. Keberadaan mata air dan kawasan perairan memberikan modal yang dapat dikembangkan tidak hanya sebagai atraksi wisata, tetapi juga sebagai bagian dari pengalaman edukatif dan *wellness*. Salah satu wilayah yang memiliki potensi tersebut adalah Desa Sidowayah, Kecamatan Polanharjo, yang telah ditetapkan sebagai desa wisata melalui Surat Keputusan Bupati Klaten Nomor 556/41 Tahun 2021. Pengelolaan potensi wisata desa dikonsolidasikan melalui BUMDes Sinergi Sidowayah yang menaungi berbagai aktivitas dan destinasi wisata, termasuk Umbul Kemanten, Kawasan Wisata Siblarak, dan Kampung Dolanan Sidowayah (KDS).

Kampung Dolanan Sidowayah memiliki modal sosial, budaya, dan lingkungan yang potensial untuk dikembangkan sebagai destinasi berbasis pengalaman. Namun, peningkatan aktivitas wisata belum sepenuhnya diikuti oleh diferensiasi produk, integrasi potensi sumber daya air, dan penguatan kapasitas kelembagaan. Berdasarkan identifikasi awal dan diskusi dengan pemangku kepentingan lokal, terdapat tiga persoalan utama. Pertama, KDS belum memiliki kerangka konseptual yang cukup kuat untuk membangun *unique selling proposition* yang membedakannya dari destinasi lain. Kedua, potensi sumber daya air yang merupakan salah satu identitas ekologis Desa Sidowayah belum terintegrasi secara optimal ke dalam desain pengalaman wisata KDS. Ketiga, kapasitas sumber daya manusia dan kelembagaan pengelola masih memerlukan penguatan, khususnya dalam aspek tata kelola, manajemen destinasi, pengembangan produk, dan penyediaan layanan berbasis wellness. Persoalan tersebut menunjukkan bahwa tantangan KDS bukan semata-mata berkaitan dengan ketersediaan atraksi, tetapi juga dengan kemampuan mengonversi aset lokal menjadi pengalaman wisata yang memiliki nilai kesehatan, edukasi, ekonomi, dan keberlanjutan.



Gambar 1. *Focus Group Discussion* (FGD) antara Fakultas Hukum dan Pemerintah Kabupaten Klaten

Kebutuhan untuk menata kembali arah pengembangan tersebut memperoleh validasi melalui *Focus Group Discussion* (FGD) yang diselenggarakan pada 18 Februari 2026, yang mempertemukan pemangku kepentingan dalam kerangka *pentahelix*, antara lain Fakultas Hukum Universitas Sebelas Maret, Badan Perencanaan Pembangunan, Riset, dan Inovasi Daerah (Bapperida) Kabupaten Klaten, Dinas Kebudayaan, Kepemudaan dan Olahraga dan Pariwisata (Disbudporapar), Pemerintah Desa Sidowayah, BUMDes Sinergi Sidowayah, serta perwakilan Kementerian Pariwisata. Forum tersebut menghasilkan arahan agar pengembangan KDS diarahkan pada integrasi konsep *wellness tourism* dengan karakteristik sumber daya lokal Desa Sidowayah. Arahan ini sekaligus memperkuat kebutuhan untuk mengembangkan model wisata yang tidak berhenti pada eksploitasi atraksi, tetapi menghubungkan sumber daya air, edukasi, kesehatan, pengalaman wisata, dan pemberdayaan masyarakat dalam satu kerangka pengelolaan destinasi.

Berdasarkan permasalahan tersebut, program pengabdian melalui skema Program Penguatan Kapasitas Organisasi Kemahasiswaan (PPK Ormawa) 2026 yang dilaksanakan oleh Kelompok Studi dan Penelitian (KSP) “Principium” Fakultas Hukum Universitas Sebelas Maret merancang intervensi terpadu di Kampung Dolanan Sidowayah dengan mengembangkan konsep *water science* berbasis STEAM (*Science, Technology, Engineering, Arts, and Mathematics*) sebagai fondasi edukasi dalam *wellness tourism*. Konsep tersebut diwujudkan melalui pembangunan sentra edukasi “Joglo Tirto” yang dirancang sebagai ruang interpretasi dan pembelajaran mengenai sumber daya air serta keterkaitannya dengan lingkungan dan kesejahteraan. Intervensi fisik tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi dipadukan dengan penguatan kapasitas manusia sebagai prasyarat keberlanjutan pengelolaan destinasi.

Penguatan kapasitas tersebut dilakukan melalui dua intervensi utama. Pertama, Pelatihan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* yang ditujukan kepada 19 pengelola kelembagaan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengembangkan destinasi berbasis wellness. Kedua, Pelatihan Pijat Tradisional Berbasis *Wellness* yang melibatkan 31 perempuan Desa Sidowayah untuk meningkatkan keterampilan layanan wellness sekaligus membuka peluang diversifikasi aktivitas ekonomi produktif masyarakat. Kedua intervensi tersebut dirancang untuk membangun keterhubungan antara kapasitas kelembagaan dan kapasitas ekonomi masyarakat: pengelola diperkuat untuk mengembangkan dan mengelola produk destinasi, sedangkan perempuan diperkuat sebagai

aktor penyedia layanan wellness dalam ekosistem wisata desa.

2. TINJAUAN LITERATUR

A. *Wellness Tourism*

Wellness tourism didefinisikan sebagai cara bepergian yang di dalamnya wisatawan berupaya meningkatkan kesejahteraan emosional, spiritual, fisik, dan intelektualnya, sehingga *wellness* dipahami sebagai keadaan kesehatan yang menampilkan keharmonisan tubuh, pikiran, dan jiwa melalui tanggung jawab diri, kebugaran atau perawatan kecantikan, gizi sehat, relaksasi atau meditasi, aktivitas mental, dan kepekaan terhadap lingkungan (Bočkus et al., 2023). Seiring waktu, paradigma konseptual *wellness tourism* bergeser dari pandangan tradisional tentang kesehatan menuju orientasi *wellness* yang holistik dan multidimensi, dengan permintaan wisatawan yang bergerak di antara pengalaman hedonistik dan eudaimonik serta produk transformasional (Hekmat et al., 2022).

B. *Participatory Rural Appraisal*

Participatory Rural Appraisal (PRA) merupakan konsep yang memosisikan masyarakat lokal bukan sekadar sebagai objek observasi, melainkan sebagai aktor utama yang memetakan, menganalisis, dan merancang solusi atas dinamika di wilayahnya. Mengedepankan prinsip *reversal of learning*, pendekatan ini menempatkan peneliti atau fasilitator sebagai jembatan yang mengakomodasi warga untuk menyuarakan pengetahuan empiris mereka. Melalui instrumen interaktif seperti pemetaan sosial dan diskusi terarah, PRA memfasilitasi proses triangulasi informasi secara kolaboratif, sehingga temuan yang diuraikan menjadi lebih representatif dan berakar pada realitas sosial-budaya setempat (Zhou & Xiao, 2024).

C. *Experiential Learning*

Experiential Learning merupakan konsep pembelajaran gagasan David A. Kolb (1984) yang menitikberatkan pada proses penciptaan pengetahuan melalui transformasi pengalaman langsung dan refleksi kritis, alih-alih sekadar penerimaan informasi secara pasif. Kolb (1984) sendiri menempatkan pengetahuan bukan sebagai entitas statis yang diperoleh atau dipindahkan, melainkan sebagai proses dinamis yang terus diciptakan dan diciptakan ulang (Chae, 2024). Pendekatan ini beroperasi dalam sebuah siklus berkesinambungan yang terdiri dari empat tahapan utama, antara lain keterlibatan individu dalam kejadian nyata (*Concrete Experience*), proses mengamati dan merenungkan dinamika pengalaman tersebut (*Reflective Observation*), pengolahan hasil refleksi menjadi gagasan atau teori logis (*Abstract Conceptualization*), serta penerapan konsep baru tersebut ke dalam situasi praktis untuk menguji efektivitasnya (*Active Experimentation*) (Sinha, 2023). Dengan menjembatani teori konseptual dan realitas empiris, model pembelajaran ini sangat relevan untuk diaplikasikan dalam program pemberdayaan masyarakat, observasi lapangan, maupun perancangan proyek kolaboratif yang menuntut pemecahan masalah secara kontekstual.

3. METODE PELAKSANAAN

A. Sampel atau Sasaran Program

Kelompok sasaran masyarakat yang menjadi sasaran dalam pelaksanaan Pelatihan Tata Kelola Manajemen Wisata berbasis *Wellness Tourism* terdiri dari 4 Kelompok Sadar Wisata (Pokdarwis), 6 Karang Taruna, 4 Kampung Dolanan Sidowayah, 2 pengelola Kawasan Wisata Siblarak, dan 3 pengelola Badan Usaha Milik Desa Sinergi Sidowayah. Selain itu, untuk memperluas dampak pemberdayaan ekonomi dan melengkapi diversifikasi layanan *wellness tourism*, program ini juga menyasar 31 perempuan dari Desa Sidowayah sebagai khalayak sasaran dalam Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness*.

B. Desain Pengabdian

Desain metodologi yang diimplementasikan dalam pengabdian ini merupakan perpaduan antara *Participatory Rural Appraisal* (PRA) dan *Experiential Learning* (EL). PRA digunakan karena metode ini mengutamakan partisipasi aktif dari masyarakat desa dalam setiap kegiatan (Wijeratne & Silva, 2024). PRA didasarkan pada prinsip bahwa masyarakat lokal merupakan pihak yang memiliki pemahaman paling komprehensif mengenai kondisi, potensi, serta permasalahan di lingkungannya sendiri (Chilombo & Horst, 2021). Melalui prinsip ini, fasilitator atau pelaksana program tidak memosisikan diri sebagai instruktur yang mendikte, tetapi sebagai katalisator yang mendorong masyarakat untuk secara mandiri melakukan identifikasi masalah, pengumpulan data, analisis kebutuhan, hingga perumusan rencana tindakan (Kassem, 2023). Selain itu, EL digunakan sebagai instrumen dalam fase peningkatan kapasitas sumber daya manusia untuk memastikan bahwa proses transfer kompetensi tidak berlangsung secara teoretis satu arah (Gonz, 2023)p. Peserta difasilitasi untuk mengonstruksi pengetahuan berdasarkan pengalaman nyata melalui siklus keterlibatan langsung, observasi konseptual, refleksi kritis dalam forum diskusi, hingga eksperimentasi aktif melalui praktik kerja. Melalui dua metode ini, memampukan peserta untuk bertransformasi dari sekadar objek penerima manfaat menjadi aktor penggerak utama yang mandiri dalam mengelola ekosistem desa wisata berbasis *wellness tourism* secara tangguh, profesional, dan berkesinambungan.

C. Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan program pengabdian diarahkan pada penguatan kapasitas sumber daya manusia sebagai fondasi pengembangan Desa Wisata Sidowayah berbasis *wellness tourism*. Sasaran kegiatan meliputi pengelola BUMDes Sinergi Sidowayah, Kelompok Sadar Wisata (Pokdarwis), Karang Taruna, Kader PKK, serta pengelola berbagai destinasi wisata, yaitu Kampung Dolanan Sidowayah, Kawasan Wisata Siblarak, dan Umbul Kemanten. Penguatan kapasitas tersebut diwujudkan melalui Pelatihan Tata Kelola Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* yang dilaksanakan pada 6 Agustus 2026, dengan melibatkan dosen program studi Diploma 3 (D3) Usaha Perjalanan Wisata Universitas Sebelas Maret sebagai narasumber dan memperoleh dukungan penuh dari Kepala Desa Sidowayah. Materi pelatihan dirancang secara aplikatif untuk membangun kemampuan peserta dalam mengelola destinasi secara terpadu, mulai dari pemetaan potensi kearifan lokal (*indigenous*

wellness) berbasis air, penyusunan paket wisata edukasi berbasis *water science* dan *science*, *technology*, *engineering*, *arts*, *and mathematics* (STEAM), penerapan standar pelayanan prima (*service excellence*), hingga penguasaan teknik pemanduan melalui *tour interpretation* dan *storytelling* yang interaktif bagi pengunjung dewasa maupun anak-anak. Penguatan kapasitas tersebut juga mencakup kemampuan menyusun strategi pemasaran digital dan kalender acara tahunan (*event calendar*) sebagai instrumen untuk meningkatkan daya tarik, promosi, dan keberlanjutan kunjungan wisata.

Penguatan tata kelola destinasi tersebut selanjutnya dilengkapi dengan peningkatan kapasitas masyarakat dalam menyediakan layanan *wellness* yang dapat dikembangkan menjadi aktivitas ekonomi produktif. Atas dasar tersebut, program pengabdian dilanjutkan melalui Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness* yang dilaksanakan pada 21 Agustus 2026 di Kawasan Wisata Siblarak. Kegiatan ini menghadirkan instruktur ahli dari PT Mustika Ratu Tbk. Pelatihan ini berlangsung secara intensif selama dua jam dan terdiri dari tiga tahapan acara. Tahap pertama berupa penyampaian materi konseptual mengenai teknik *massage* dengan standar mutu pelayanan yang mendukung kebutuhan *wellness tourism*. Tahap kedua dilakukan melalui diskusi interaktif untuk memperluas pemahaman peserta mengenai penerapan keterampilan *massage*, berbagi pengalaman, serta mengidentifikasi peluang pengembangannya sesuai dengan karakteristik dan potensi pasar wisata di Sidowayah. Tahap ketiga berupa praktik langsung di bawah pendampingan instruktur untuk memastikan peserta mampu menerapkan teknik pijat dan relaksasi secara tepat, aman, dan sesuai dengan standar pelayanan. Pelaksanaan kegiatan ini turut memperoleh dukungan strategis dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) Republik Indonesia serta jajaran pimpinan Universitas Sebelas Maret.

Rangkaian pelatihan tersebut membentuk satu kesatuan proses pemberdayaan yang menghubungkan aspek tata kelola destinasi dengan penguatan keterampilan layanan wisata. Penguasaan manajemen destinasi memberikan kemampuan kepada masyarakat untuk merancang dan mengembangkan produk wisata secara lebih terstruktur, sementara keterampilan *massage* berbasis *wellness* memperluas diversifikasi layanan sekaligus membuka peluang penciptaan usaha produktif bagi masyarakat, khususnya perempuan. Oleh karena itu, program tidak berhenti pada transfer pengetahuan dan keterampilan teknis, tetapi diarahkan untuk membangun kapasitas masyarakat dalam mengidentifikasi potensi, mengembangkan produk, memberikan pelayanan, dan menciptakan nilai ekonomi dari sumber daya lokal. Integrasi kedua aspek tersebut diharapkan dapat memperkuat ekosistem Desa Wisata Sidowayah yang inklusif, adaptif, dan berkelanjutan, sekaligus mendorong keterlibatan perempuan secara lebih nyata dalam aktivitas ekonomi lokal dan pengelolaan pariwisata berbasis *wellness*.

D. Parameter, Pengukuran dan Analisis Data

Pengukuran efektivitas program dilakukan terhadap dua kelompok sasaran utama berdasarkan jenis pelatihannya. Pada Pelatihan Penguatan Tata Kelola Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism*, evaluasi melibatkan 19 peserta dengan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test*. Sementara itu, efektivitas Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness* yang diikuti oleh total 31 peserta perempuan diukur menggunakan metode wawancara mendalam terhadap 10 peserta yang dipilih sebagai sampel representatif. Penerapan evaluasi ilmiah ini turut menyiapkan masyarakat Desa Sidowayah dalam menghadapi tantangan era kepariwisataan modern yang menuntut pelayanan berkualitas tinggi.

Data hasil *pre-test* dan *post-test* pada Pelatihan Penguatan Tata Kelola Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* dianalisis menggunakan uji *non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank* dengan taraf signifikansi 5% ($p < 0,05$ dan 0,01) guna melihat perbedaan pemahaman dan motivasi peserta. Sementara itu, data kualitatif yang diperoleh dari wawancara pada Pelatihan *Massage* Berbasis *Wellness* dianalisis dengan pendekatan retrospektif kualitatif melalui analisis tematik berbantuan perangkat lunak ATLAS.ti.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism*

1. Pelaksanaan Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis Wellness Tourism

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada Kamis, 6 Agustus 2026, bertempat di Balai Desa Sidowayah, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Kegiatan melibatkan berbagai unsur masyarakat yang memiliki keterkaitan langsung dengan ekosistem pariwisata Desa Sidowayah, meliputi BUMDes, Kelompok Sadar Wisata (Pokdarwis), pengelola Kampung Dolanan Sidowayah, pengelola Wisata Siblarak, pengelola Umbul Kemanten, serta Karang Taruna. Pelatihan dirancang untuk memperkuat kapasitas peserta dalam mengelola destinasi wisata berbasis *wellness tourism* secara terarah, partisipatif, dan berkelanjutan. Pendekatan PRA digunakan sebagai landasan proses pembelajaran dengan menempatkan peserta sebagai subjek yang memiliki pengetahuan, pengalaman, dan pemahaman kontekstual mengenai potensi serta persoalan destinasi. Melalui pendekatan ini, proses pelatihan tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan dari narasumber kepada peserta, tetapi juga pada penggalian pengetahuan lokal dan perumusan alternatif pengembangan berdasarkan kondisi nyata Desa Sidowayah.



Gambar 2. Pemaparan materi oleh Dosen D3 Usaha Perjalanan Pariwisata, Sekolah Vokasi, UNS

Materi utama disampaikan oleh Jimmi Sandi Prasetyo, S.ST.Par., M.Sc., dosen D3 Usaha Perjalanan Wisata, Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret, dengan tema "Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* guna Mewujudkan Kampung Dolanan Sidowayah yang Sehat, Cerdas, dan Berbudaya" (Gambar 2). Narasumber menjelaskan bahwa *wellness tourism* tidak terbatas pada penyediaan aktivitas wisata, tetapi menuntut pengelola untuk merancang pengalaman yang mampu mendukung kesehatan fisik, ketenangan psikologis, interaksi sosial, pembelajaran, dan apresiasi terhadap budaya lokal. Pemahaman tersebut sejalan dengan Xu & Law (2023) yang mengidentifikasi manfaat *wellness tourism* dalam dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Dengan kerangka tersebut, peserta diarahkan untuk memahami bahwa pengembangan *wellness tourism* di Desa Sidowayah perlu bertumpu pada karakteristik lokal dan tidak semata-mata mengadopsi model destinasi dari daerah lain.

Penerapan PRA dilakukan secara integratif selama proses pelatihan melalui identifikasi potensi, pemetaan permasalahan, penentuan prioritas kebutuhan, serta perumusan alternatif pengembangan destinasi secara bersama-sama (Timalsina & Chaurasia, 2025). Peserta didorong untuk mengidentifikasi aset yang dimiliki desa, meliputi permainan tradisional, sumber daya air, lingkungan pedesaan, budaya lokal, sumber daya manusia, serta jaringan kelembagaan yang telah tersedia. Proses tersebut juga digunakan untuk mengidentifikasi berbagai kendala dalam pengelolaan destinasi, seperti keterbatasan diferensiasi produk, belum optimalnya integrasi antardestinasi, kapasitas pelayanan, promosi, pembagian peran, dan mekanisme evaluasi. Hasil identifikasi selanjutnya menjadi dasar bagi peserta dan fasilitator untuk menentukan kebutuhan prioritas serta peluang pengembangan produk *wellness tourism* yang paling sesuai dengan karakteristik Kampung Dolanan Sidowayah. Pendekatan ini memungkinkan keputusan pengembangan tidak semata-mata ditentukan oleh fasilitator, tetapi dibangun melalui proses dialog, refleksi, dan kesepakatan bersama antaraktor lokal.

Materi pelatihan mencakup konsep *wellness tourism*, pengembangan produk wisata, penyusunan paket wisata, interpretasi wisata, *storytelling*, pelayanan prima, pemasaran digital, kalender kegiatan, dan evaluasi kepuasan pengunjung. Materi tersebut kemudian diterjemahkan melalui proses partisipatif ke dalam konteks lokal Desa Sidowayah. Peserta bersama fasilitator mengidentifikasi cara mengintegrasikan permainan tradisional, budaya

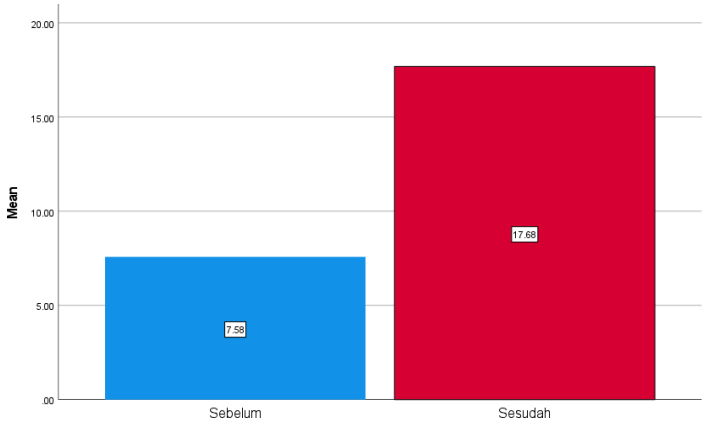
air, lingkungan pedesaan, dan aktivitas edukatif ke dalam paket *wellness tourism* yang ramah anak. Dalam proses ini, permainan tradisional ditempatkan sebagai medium aktivitas fisik dan interaksi sosial, sumber daya air sebagai media edukasi mengenai lingkungan dan budaya lokal, sedangkan lingkungan pedesaan sebagai ruang rekreasi, relaksasi, dan pembelajaran. Integrasi tersebut diarahkan untuk membangun pengalaman wisata yang mempertemukan unsur tubuh, pikiran, lingkungan, budaya, dan hubungan sosial dalam satu rangkaian aktivitas.

PRA juga diterapkan dalam pembahasan tata kelola destinasi untuk memperjelas hubungan antarpemangku kepentingan (Prayitno et al., 2024). Peserta memetakan fungsi dan tanggung jawab masing-masing aktor, termasuk BUMDes, Pokdarwis, pengelola destinasi, Karang Taruna, pemerintah desa, dan kelompok masyarakat lainnya. Pemetaan partisipatif tersebut digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan koordinasi, pembagian tugas, standar pelayanan, keamanan pengunjung, kebersihan, promosi, kemitraan, serta mekanisme evaluasi. Proses ini penting karena keberlanjutan *wellness tourism* sangat dipengaruhi oleh kapasitas kolektif dalam mengelola destinasi, bukan hanya oleh kemampuan individu. Dengan demikian, PRA berfungsi sebagai instrumen untuk memperkuat kepemilikan masyarakat (*community ownership*) terhadap rancangan pengembangan wisata sekaligus meningkatkan kesesuaian intervensi dengan kebutuhan dan kapasitas lokal.

2. Perhitungan Skor Tingkat Kompetensi Peserta Pelatihan melalui *Pre-Test* dan *Post-Test* menggunakan *Uji Non-Parametrik Wilcoxon berpasangan*

Evaluasi terhadap efektivitas program pelatihan dilakukan melalui analisis komparatif menggunakan uji *non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank* untuk sampel berpasangan terhadap perubahan skor peserta sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) mengikuti pelatihan. Pengujian ini difokuskan pada dua aspek utama, yaitu tingkat pengetahuan dan motivasi peserta, guna mengidentifikasi perubahan yang terjadi sebagai dampak dari pelaksanaan program pelatihan. Hasil analisis dievaluasi berdasarkan dua tingkat signifikansi (α), yaitu 0,05 dan 0,01, yang digunakan sebagai ambang batas untuk menentukan kebermaknaan statistik dari perbedaan skor sebelum dan sesudah pelatihan.

a. Aspek Pengetahuan



Gambar 3. Grafik Perbandingan Rata-rata Sebelum dan Sesudah Aspek Pengetahuan Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis Wellness Tourism

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Berdasarkan Gambar 3, skor rata-rata peserta pada tahap prapelatihan (Sebelum) tercatat sebesar 7,58, sedangkan setelah pelaksanaan intervensi (Sesudah), skor rata-rata meningkat menjadi 17,68. Peningkatan yang lebih dari dua kali lipat tersebut menunjukkan adanya perubahan positif dalam tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti pelatihan. Temuan ini mengindikasikan bahwa materi dan metode pelatihan yang diterapkan berpotensi efektif meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

RANKING DATA

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah-Sebelum	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	19[b]	10.00	190.00
	Ties	0[c]		
	Total	19		

a. Sesudah < Sebelum
b. Sesudah > Sebelum
c. Sesudah = Sebelum

Tabel 1. Ranking Data *Pretest* dan *Posttest* Aspek Pengetahuan

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Berdasarkan Tabel 1, hasil evaluasi *pretest* dan *posttest* pada 19 peserta Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism*, menunjukkan peningkatan hasil secara menyeluruh. Tidak terdapat satu pun peserta yang mengalami penurunan nilai (*Negative Ranks* = 0) atau memiliki nilai yang stagnan (*Ties* = 0) setelah mengikuti pelatihan. Sebaliknya, 19 peserta berhasil mencatatkan peningkatan skor secara positif pada saat *posttest* (*Positive Ranks* = 19), dengan rata-rata peringkat (*Mean Rank*) sebesar 10,00 dan jumlah peringkat (*Sum of Ranks*) sebesar 190,00. Hasil ini mengindikasikan bahwa program pelatihan tersebut sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman atau kompetensi dari seluruh peserta yang dievaluasi.

Uji Wilcoxon[a]

	Sesudah - Sebelum
Z	-4.264[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	<0,001

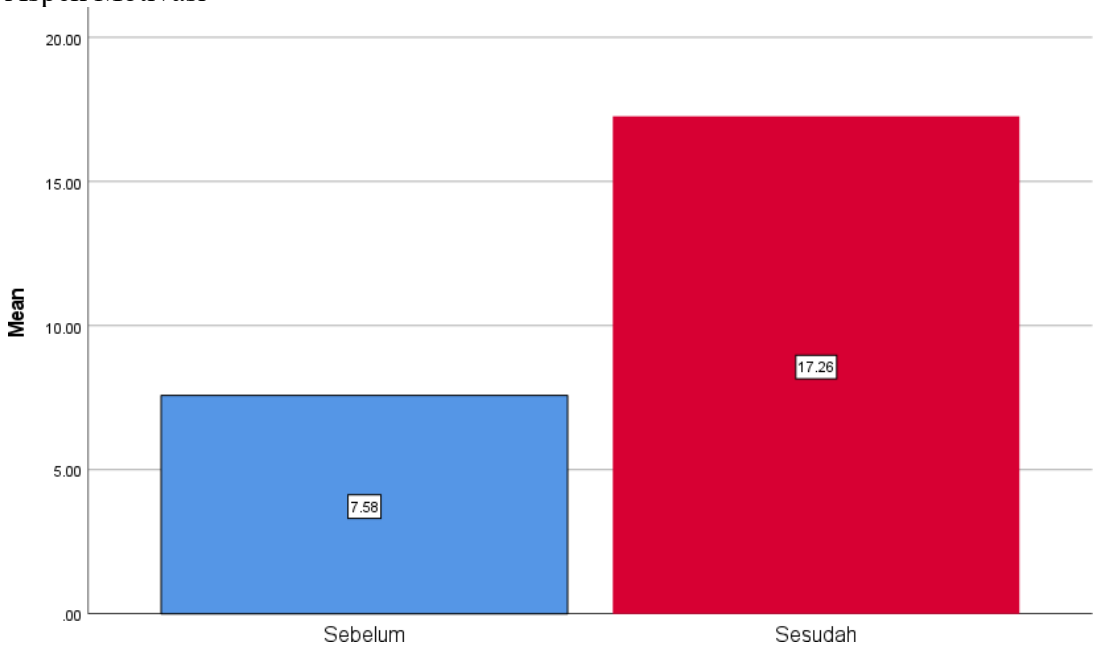
a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Tabel 2. Uji *Wilcoxon Matched Pairs* Aspek Pengetahuan

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Lebih lanjut, analisis signifikansi statistik dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk memvalidasi perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest*. Berdasarkan Tabel 2, diperoleh nilai statistik uji *Z* sebesar -4,264 dengan probabilitas asimptotik (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar <0,001. Nilai *p-value* yang berada jauh di bawah ambang batas signifikansi standar ($\alpha = 0{,}05$ maupun $\alpha = 0{,}01$) mengindikasikan penolakan terhadap hipotesis nol (*H0*). Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Oleh karena itu, Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* secara signifikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta.

b. Aspek Motivasi



Gambar 4. Grafik Perbandingan Rata-rata Sebelum dan Sesudah Aspek Motivasi Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis Wellness Tourism

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Berdasarkan Gambar 4, skor rata-rata motivasi peserta pada tahap prapelatihan (Sebelum) tercatat sebesar 7,58. Setelah pelaksanaan intervensi (Sesudah), skor rata-rata tersebut meningkat secara signifikan menjadi 17,26. Peningkatan yang lebih dari dua kali lipat ini menunjukkan adanya perubahan positif dalam tingkat motivasi peserta setelah mengikuti pelatihan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan, lingkungan, dan materi pelatihan yang diterapkan berpotensi efektif dalam menumbuhkan motivasi peserta.

RANKING DATA

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah-Sebelum	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	19[b]	10.00	190.00
	Ties	0[c]		
	Total	19		

a. Sesudah < Sebelum
b. Sesudah > Sebelum
c. Sesudah = Sebelum

Tabel 3. Ranking Data *Pretest* dan *Posttest* Aspek Motivasi

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Berdasarkan Tabel 3, hasil evaluasi *pretest* dan *posttest* pada 19 peserta Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* menunjukkan peningkatan hasil secara menyeluruh untuk aspek motivasi. Tidak terdapat satu pun peserta yang mengalami penurunan tingkat motivasi (*Negative Ranks* = 0) atau memiliki tingkat motivasi yang stagnan (*Ties* = 0) setelah mengikuti pelatihan. Sebaliknya, seluruh 19 peserta berhasil mencatatkan peningkatan skor secara positif pada saat posttest (*Positive Ranks* = 19), dengan rata-rata peringkat (*Mean Rank*) sebesar 10,00 dan jumlah peringkat (*Sum of Ranks*) sebesar 190,00. Hasil ini mengindikasikan bahwa program pelatihan tersebut sangat efektif dalam memotivasi seluruh peserta yang dievaluasi.

Uji Wilcoxon[a]

	Sesudah - Sebelum
Z	-4.264[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	<0,001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Tabel 4. Uji *Wilcoxon Matched Pairs* Aspek Motivasi

Sumber: Diolah oleh penulis menggunakan SPSS 2026

Lebih lanjut, analisis signifikansi statistik dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk memvalidasi perbedaan skor motivasi antara pretest dan posttest. Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai statistik uji Z sebesar -4,264 dengan probabilitas asimptotik (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar <0,001. Nilai *p-value* yang berada jauh di bawah ambang batas signifikansi standar ($\alpha = 0,05$ maupun $\alpha = 0,01$) mengindikasikan penolakan terhadap hipotesis nol (*H0*). Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara motivasi peserta sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Oleh karena itu, Pelatihan Penguatan Tata Kelola dan Manajemen Wisata Berbasis *Wellness Tourism* secara signifikan berhasil meningkatkan motivasi peserta.

B. Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness*

1. Pelaksanaan Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness*

Pelatihan *massage* tradisional berbasis *wellness* dilaksanakan sebagai bagian dari strategi penguatan kapasitas ekonomi perempuan Desa Sidowayah dalam mendukung pengembangan ekosistem *wellness tourism*. Kegiatan melibatkan 31 perempuan yang berasal dari masyarakat Desa Sidowayah dan diarahkan untuk memperoleh keterampilan dasar dalam memberikan layanan *massage* yang aman, terstruktur, dan berorientasi pada kenyamanan serta relaksasi. Pelatihan dirancang tidak hanya untuk meningkatkan keterampilan teknis peserta, tetapi juga memperkenalkan prinsip pelayanan *wellness* yang menekankan kebersihan, kenyamanan, komunikasi dengan pengguna layanan, keamanan, dan etika pelayanan. Keterampilan *massage* ditempatkan sebagai bagian dari diversifikasi produk dan peluang usaha masyarakat yang dapat mendukung pengalaman wisata berbasis kesehatan dan kesejahteraan.



Gambar 5. Instruktur PT Mustika Ratu memberikan materi dasar massage

Pelaksanaan pelatihan menggunakan pendekatan *Experiential Learning*, sehingga peserta memperoleh pengetahuan melalui penjelasan instruktur, demonstrasi teknik, praktik langsung, koreksi gerakan, dan evaluasi hasil praktik. Pada tahap awal, peserta diperkenalkan pada prinsip dasar *massage*, meliputi persiapan ruang dan peralatan, kebersihan tangan, posisi tubuh terapis dan penerima layanan, komunikasi sebelum tindakan, serta pengaturan tekanan sesuai kenyamanan penerima layanan oleh instruktur PT Mustika Ratu (Gambar 5). Peserta juga diberikan pemahaman bahwa layanan *massage* dalam konteks *wellness tourism* diarahkan untuk mendukung relaksasi dan kenyamanan, bukan sebagai pengganti diagnosis atau penanganan medis. Tahapan tersebut penting untuk membentuk standar pelayanan yang konsisten sekaligus meningkatkan kesiapan peserta dalam memberikan layanan kepada wisatawan.

Kemudian, pelatihan dilanjutkan dengan praktik langsung di bawah pendampingan instruktur untuk memastikan peserta mampu menerapkan teknik pijat dan relaksasi secara tepat, aman, dan sesuai dengan standar pelayanan. Materi praktik dibagi ke dalam tiga teknik utama, yaitu *back massage*, *hand massage*, dan *foot massage*. Pembagian materi dilakukan secara bertahap agar peserta dapat memahami urutan, arah gerakan, posisi tangan, dan pengaturan tekanan pada masing-masing bagian tubuh.



Gambar 6. Peserta mempraktikan *back massage*

Pertama, *back massage***.** Teknik ini difokuskan pada area punggung sebagai salah satu bagian tubuh yang banyak menerima ketegangan setelah melakukan aktivitas (Gambar 6). Instruktur mendemonstrasikan tahapan dasar yang meliputi persiapan posisi penerima

layanan, pengolesan media pijat, gerakan *effleurage* atau usapan, teknik tekanan dan pemijatan pada area tertentu, serta gerakan penutup. Peserta kemudian mempraktikkan setiap tahapan secara berpasangan. Selama praktik, instruktur melakukan observasi terhadap posisi tangan, arah gerakan, koordinasi kedua tangan, kestabilan postur tubuh, dan pengendalian tekanan. Koreksi diberikan secara langsung agar peserta tidak hanya mampu mengikuti urutan gerakan, tetapi juga memahami bagaimana menyesuaikan teknik dengan kenyamanan penerima layanan.



Gambar 7. Peserta mempraktikan *hand massage*

Kedua**,** *hand massage***.** Pelatihan *hand massage* diarahkan pada penguasaan teknik pemijatan telapak tangan, punggung tangan, jari, dan area sekitar pergelangan (Gambar 7). Materi ini relatif sederhana untuk diterapkan dan memiliki peluang untuk dikembangkan sebagai layanan pendukung dalam paket wisata, terutama pada aktivitas yang membutuhkan durasi pelayanan lebih singkat. Peserta dilatih untuk melakukan usapan, tekanan ringan, dan pemijatan secara berurutan dengan memperhatikan respons penerima layanan. Praktik dilakukan secara langsung dan berulang sehingga peserta dapat meningkatkan koordinasi gerakan serta ketepatan tekanan. Pada tahap ini, peserta juga ditekankan untuk membangun komunikasi yang baik dengan penerima layanan, terutama dalam memastikan kenyamanan selama proses berlangsung.



Gambar 8. Pesera mempraktikan *foot massage*

Ketiga, *foot massage***.** Teknik ini mencakup pemijatan pada telapak kaki, punggung kaki, jari-jari kaki, dan area pergelangan secara bertahap (Gambar 8). Peserta diperkenalkan pada urutan gerakan dasar, pengaturan tekanan, serta posisi tubuh yang ergonomis untuk mengurangi kelelahan selama memberikan layanan. Praktik dilakukan secara berpasangan dengan pendampingan instruktur untuk memastikan setiap peserta memahami urutan teknik dan mampu mempertahankan tekanan yang terkendali. *Foot massage* juga diperkenalkan sebagai salah satu bentuk layanan yang potensial untuk dikombinasikan dengan pengalaman wisata lainnya sehingga dapat memperpanjang interaksi wisatawan dengan masyarakat lokal.

Proses pembelajaran menerapkan prinsip demonstrasi–praktik–koreksi–pengulangan. Instruktur terlebih dahulu memperagakan setiap teknik secara utuh, kemudian memecahnya menjadi beberapa tahapan yang lebih sederhana untuk dipraktikkan peserta. Peserta selanjutnya melakukan praktik secara berpasangan dan memperoleh umpan balik langsung mengenai posisi tangan, arah gerakan, ritme, urutan teknik, tekanan, dan postur tubuh. Pola pembelajaran tersebut memungkinkan peserta belajar melalui pengalaman konkret dan refleksi atas praktik yang dilakukan. Dalam proses ini, peserta tidak hanya menghafalkan gerakan, tetapi memahami hubungan antara setiap tahapan teknik, kenyamanan penerima layanan, dan kualitas pengalaman *wellness* yang ingin dibangun.

2. Evaluasi Efektivitas Pelatihan Massage Tradisional Berbasis Wellness

Evaluasi terhadap efektivitas program Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness* dilakukan menggunakan pendekatan retrospektif kualitatif. Wawancara mendalam (*in-depth interview*) dilaksanakan terhadap 10 dari 31 peserta perempuan guna mengukur sejauh mana transfer kapasitas terjadi pasca-pelatihan. Transkrip wawancara direduksi, dikodekan (*coding*), dan dianalisis secara tematik menggunakan perangkat lunak ATLAS.ti. Berdasarkan luaran *Code-Document Table* dan analisis tematik, efektivitas intervensi dapat dipetakan secara terstruktur ke dalam tiga dimensi utama, yaitu pemahaman (kognitif), keterampilan (psikomotorik), dan motivasi (afektif).

Tabel 5. Matriks *Code-Document Table* Evaluasi Pelatihan *Massage*

Code Grupu/Codes (Indikator)	**RI**	**R2**	**R3**	**R4**	**R5**	**R6**	**R7**	**R8**	**R9**	**R10**
Pemahaman (Kognitif)										
Paham Persiapan & Higienitas	**v**	**v**	**-**	**-**	**-**	**v**	**-**	**-**	**-**	**v**
Paham Teknik Tekanan Pijat	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**
Paham Konsep *Wellness Tourism*	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**	**v**
Keterampilan (Psikomotorik)										

Penguasaan Teknik Dasar (Kaki, Tangan, Punggung)	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
Kendala: Kesulitan *Back Massage*	v	v	-	-	-	-	v	v	v	v
Motivasi (Afektif & Proyeksi)										
Peningkatan Pecaya Diri	v	v	v	-	v	-	v	v	v	v
Praktik Mandiri	-	v	-	-	-	-	v	v	v	v
Kesiapan Kelola Wisata dan Buka Usaha	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
Siap Mengikuti Pelatihan Rutin Lanjutan	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v

Berdasarkan Tabel 5, terlihat sebaran pengakuan (*groundedness*) dari 10 responden terhadap masing-masing indikator keberhasilan program. Rincian dari capaian ketiga dimensi tersebut diuraikan sebagai berikut:

a. Dimensi Pemahaman (Kognitif)

Pada aspek pemahaman, analisis tematik menunjukkan terjadinya transformasi pengetahuan yang fundamental pada seluruh informan. Sebelum intervensi, mayoritas peserta menyatakan tidak memiliki pengetahuan dasar maupun pengalaman terkait prosedur pijat kebugaran yang berstandar. Pasca-pelatihan, peserta mampu mengartikulasikan pemahaman konseptual dan prosedural *Standard Operating Procedure* (SOP) pelayanan prima. Pemahaman ini mencakup aspek higienitas, seperti pentingnya tahapan membersihkan dan merendam kaki klien dengan air hangat serta garam sebelum melakukan pemijatan kaki. Selain itu, terjadi pergeseran paradigma kognitif yang signifikan; peserta menyadari bahwa kualitas *massage* tidak ditentukan oleh besaran tenaga fisik atau kekuatan otot, melainkan pada ketepatan identifikasi titik anatomi dan ritme tekanan yang disesuaikan dengan kondisi fisik penerima layanan.

Lebih jauh, intervensi ini terbukti berhasil menanamkan pemahaman yang komprehensif mengenai konsep *wellness tourism*. Para perempuan desa ini mampu mengidentifikasi korelasi strategis antara keterampilan layanan pijat dengan potensi lokal Desa Sidowayah. Mereka memahami bahwa layanan *massage* dapat diintegrasikan dengan aktivitas fisik penguras tenaga yang sudah ada, seperti permainan tradisional, wahana *outbound*, dan wisata air (*tubing*/susur sungai) yang menjadi satu kesatuan paket wisata kebugaran holistik yang memberikan efek bugar secara jasmani sekaligus relaksasi psikologis bagi wisatawan

b. Dimensi Keterampilan (Psikomotorik)

Pada dimensi keterampilan teknis, pendekatan *Experiential Learning* terbukti efektif dalam mentransfer kemampuan psikomotorik kepada peserta. Seluruh informan mengonfirmasi bahwa mereka telah menguasai teknik dasar pijat, yang meliputi *hand massage*, *foot massage*, dan *back massage*. Penguasaan keterampilan baru ini berimplikasi langsung pada peningkatan rasa percaya diri (*self-efficacy*) mayoritas peserta dalam memberikan pelayanan kepada orang lain.

Meskipun demikian, analisis persilangan kode (*Code Co-Occurrence*) berhasil memetakan tantangan teknis spesifik yang memerlukan tindak lanjut. Enam dari sepuluh informan sepakat melaporkan bahwa dari ketiga teknik yang diajarkan, teknik pijat punggung (*back massage*) merupakan materi yang paling kompleks untuk diaplikasikan secara mandiri. Kesulitan ini bersumber pada kebutuhan penyesuaian posisi tangan dan tenaga yang lebih ekstra dibandingkan pemijatan area ekstremitas. Temuan evaluatif ini memberikan indikasi manajerial bagi pengelola wisata dan BUMDes bahwa standarisasi keterampilan motorik, khususnya pada area punggung, masih membutuhkan sesi praktik berulang (*drilling*) pada program pendampingan tingkat lanjut.

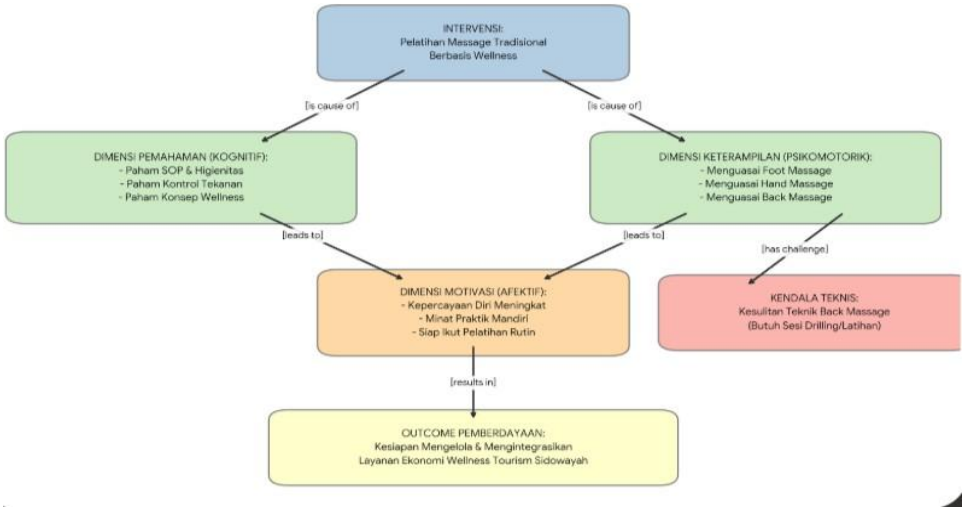
c. Dimensi Motivasi (Afektif) dan Proyeksi Pemberdayaan

Dimensi afektif mencatatkan luaran yang paling krusial bagi jaminan keberlanjutan program pengabdian di Desa Sidowayah. Seluruh informan menunjukkan atribusi motivasi yang sangat positif pasca-pelatihan. Pada orientasi jangka pendek, tingginya motivasi ini termanifestasi melalui inisiatif peserta untuk langsung mempraktikkan keterampilan pijat tersebut kepada anggota keluarga di rumah sebagai bentuk pembiasaan gerak.

Pada orientasi strategis jangka panjang, tingginya antusiasme tersebut tecermin dari komitmen dan kesediaan penuh seluruh peserta untuk mengikuti pelatihan lanjutan secara rutin. Proyeksi keberhasilan pemberdayaan ini terlihat dari kesiapan proaktif para perempuan desa untuk dilibatkan sebagai aktor pengelola dan penyedia layanan (*service provider*) wisata kebugaran di Kampung Dolanan Sidowayah. Tingginya tingkat partisipasi afektif ini didorong oleh kesadaran komunal bahwa keterampilan *wellness massage* bukan sekadar aktivitas sosial, melainkan instrumen pemberdayaan ekonomi riil yang mampu membuka diversifikasi lapangan kerja baru, menciptakan usaha layanan mandiri, dan bermuara pada peningkatan kemandirian finansial rumah tangga di kawasan pariwisata lokal.

d. Model Jejaring Kausalitas (Network Insight) Evaluasi Efektivitas Pelatihan Massage Berbasis Wellness

Secara keseluruhan, kausalitas dari ketiga dimensi keberhasilan intervensi pemberdayaan tersebut dapat dimodelkan secara kualitatif pada Gambar 9.



Gambar 9. Model Jejaring Kausalitas (*Network Insight*) Evaluasi Efektivitas Pelatihan *Massage* Berbasis *Wellness*

Sumber: Data primer diolah menggunakan ATLAS.ti, 2026

Berdasarkan Gambar 9, terlihat jelas bahwa transfer pemahaman dan keterampilan teknis berjalan secara paralel dan berpusat pada penumbuhan efikasi diri (motivasi) warga. Model ini menegaskan bahwa intervensi pelatihan tidak sekadar berhenti pada penguasaan motorik (seperti teknik *hand, foot, dan back massage*), melainkan berhasil mencapai sasaran puncaknya, yaitu terciptanya kesiapan perempuan Desa Sidowayah untuk mengelola diversifikasi layanan ekonomi *wellness tourism* secara mandiri dan inklusif.

5. KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat di Desa Wisata Sidowayah telah berhasil meningkatkan kapasitas sumber daya manusia dalam mengelola ekosistem *wellness tourism*. Melalui pendekatan *Participatory Rural Appraisal* dan *Experiential Learning*, Pelatihan Tata Kelola Manajemen Wisata terbukti secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan dan motivasi para peserta pengelola wisata, yang ditunjukkan dengan peningkatan skor rata-rata lebih dari dua kali lipat. Sementara itu, Pelatihan *Massage* Tradisional Berbasis *Wellness* secara efektif membekali para perempuan desa dengan pemahaman kognitif standar pelayanan, keterampilan teknis psikomotorik, serta motivasi afektif yang tinggi. Transformasi ini bermuara pada tingginya kepercayaan diri serta kesiapan masyarakat lokal untuk mengelola dan mendiversifikasi layanan desa wisata berbasis *wellness* secara mandiri, inklusif, dan berkelanjutan.

Untuk menjamin keberlanjutan dari hasil program pemberdayaan ini, diperlukan langkah pendampingan dan pelatihan lanjutan secara rutin bagi masyarakat. Merujuk pada hasil evaluasi, pengelola wisata dan BUMDes perlu memfasilitasi sesi praktik berulang (*drilling*) yang secara khusus difokuskan pada standarisasi teknik pemijatan yang dinilai kompleks, seperti teknik pijat punggung (*back massage*). Tindak lanjut ini sangat krusial untuk mewadahi tingginya komitmen proaktif para perempuan desa agar keterampilan layanan *wellness* tersebut dapat segera diintegrasikan menjadi unit usaha penyedia layanan yang produktif. Dengan demikian, program ini tidak hanya meningkatkan kapasitas manajerial destinasi, tetapi juga mampu membuka diversifikasi lapangan kerja baru dan menciptakan kemandirian finansial bagi masyarakat Desa Sidowayah.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan seluruh pihak dalam menyukseskan program pengabdian di Desa Wisata Sidowayah. Apresiasi khusus kami sampaikan kepada pimpinan Universitas Sebelas Maret dan Kementerian PPPA RI atas dukungan kebijakan dan strategisnya. Kami juga berterima kasih kepada Kepala Desa beserta perangkat Desa Sidowayah, PT Mustika Ratu Tbk. atas penyediaan instruktur ahli, serta Program Studi D3 Usaha Perjalanan Wisata Sekolah Vokasi Universitas Sebelas Maret telah bersedia sebagai narasumber. Penghargaan setinggi-tingginya turut ditujukan kepada elemen penggerak pariwisata desa, termasuk BUMDes, Pokdarwis, Karang Taruna, PKK, dan pengelola destinasi wisata lokal, serta seluruh peserta pelatihan atas dedikasi dan antusiasmenya dalam mewujudkan kemandirian desa berbasis *wellness tourism*.

7. DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, A., Alharbi, A. L. I., Al-mutairi, M. O., Al-, S. M., Al-mutairi, Y. S., Al-yahya, S. A. A., A, F. A., Alsaeed, S. H., Mohammed, A., Alkhudhaur, A., Abdullah, F., & Albaqami, H. (2025). Mental Health as a Key Determinant of Quality of Life : Evidence from Interdisciplinary Perspectives for Well-Being and Thriving in Society. *Journal of Medical and Life Science*, *7*(3), 363–375. https://doi.org/10.21608/jmals.2025.442773

Bočkus, D., Vento, E., Tammi, T., & Komppula, R. (2023). Comparing the motivations behind wellness tourism in three source markets. *European Journal of Tourism Research*, *1*(2023), 1–23.

Chae, S. J. (2024). Understanding and Application of Experiential Learning Theory in Medical Education. *Korean Medical Education Review*, *26*(Suppl 1), 40–45.

Chilombo, A., & Horst, D. Van Der. (2021). Land Use Policy Livelihoods and coping strategies of local communities on previous customary land in limbo of commercial agricultural development : Lessons from the farm block program in Zambia. *Land Use Policy*, *104*(March), 105385. https://doi.org/10.1016/j.landusepol.2021.105385

Dev, C. S. (2024). A Wellness Tourism Initiative to Alleviate Poverty Among Women. *Cornell Hospitality Quarterly*, *65*(1), 1–3. https://doi.org/10.1177/19389655231209677.

Dini, M., Pencarelli, T., & Bo, C. (2026). *Wellness tourism and the components of its offer system : a holistic perspective*. *77*(2), 394–412. https://doi.org/10.1108/TR-08-2020-0373.

Esfandyari, H., Choobchian, S., Momenpour, Y., & Azadi, H. (2023). Sustainable rural development in Northwest Iran : structural equation modeling approach. *Humanities & Social Sciences Communications*, *10*(499), 1–15. https://doi.org/10.1057/s41599-023-01943-0.

Fan, Y., Fan, A., Yang, Z., & Fan, D. (2025). Global burden of mental disorders in 204 countries and territories , 1990 – 2021 : results from the global burden of disease study 2021. *BMC Psychiatry*, *25*(486), 1–18.

Gonz, A. (2023). Conceptual Approach to the Pedagogy of Serious Games. *Information*, *14*(132), 1–21.

Hekmat, N., Marques, J., Quintela, J., & Ramazanova, M. (2022). Wellness Tourism From Consumers ' Perspective : An Exploratory Analysis. *Proceedings of the 5th International Conference on Tourism Research, 2022*, 554–560.

Indonesia, S. K. (2023). *Prevalensi , Dampak , serta Upaya Pengendalian Hipertensi & Diabetes di Indonesia*.

Institute, G. W. (2023). *The Global Wellness Economy : INDONESIA*.

Institute, G. W. (2024). *Global Wellness Economy Monitor 2024*.

Issn, G., Xvi, Y., Science, M., Management, L., Design, I., Engineering, C., For, F.,

Wellness, A., & Destination, T. (2023). A FRAMEWORK FOR ASSESSING WELLNESS TOURISM DESTINATION COMPETITIVENESS: A PERSPECTIVE FROM THE WELLNESS TOURISM CLUSTERS IN THAILAND Thadathibesra PHUTHONG *. *GeoJournal of Tourism and Geosites*, *49*(3), 973–987. https://doi.org/10.30892/gtg.49313-1097.

Issn, G., & Xviii, Y. (2025). HOW TOURISM , GLOBALIZATION , AND EDUCATION DRIVE WOMEN ' S EMPLOYMENT IN SERVICE SECTORS ? EVIDENCE FROM THE INDO-PACIFIC COUNTRIES Quamrul ALAM Md . A K Azad KHAN. *Geojournal of Tourism and Geosites*, *59*(2), 965–977. https://doi.org/10.30892/gtg.59240-1472.

Jones, B. P. (2024). Wellness in the Global Hospitality and Tourism Industry. *Athens Journal of Tourism 2024, 11*, 1–14.

Kassem, M. H. (2023). *Pluralistic extension at village level : exploratory study of a virtual community of practice with multiple service providers in a village of El-Sharkia Governorate* 1162–1177. https://doi.org/10.21608/ejar.2023.254066.1481.

Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Matheus, V., Martinez, L., Martins, S., Capra, F., Schuch, F. B., Wearick-silva, L. E., Maria, A., & Feoli, P. (2024). The Impact of Physical Activity and Lifestyle on Mental Health : A Network Analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, 1–11.

Pessot, E., Spoladore, D., Zangiacomi, A., & Sacco, M. (2021). Natural Resources in Health Tourism : A Systematic Literature Review. *Sustainability*, *13*, 1–17.

Prayitno, G., Auliah, A., Rini, I., Ari, D., Effendi, A., Delisa, A., Siankwilimba, E., Hiddlestone-, J., Prayitno, G., Auliah, A., Rini, I., Ari, D., & Effendi, A. (2024). Social capital for sustainable tourism development in Indonesia Social capital for sustainable tourism development in Indonesia. *Cogent Social Sciences*, *10*(1), 1–24. https://doi.org/10.1080/23311886.2023.2293310.

Salvo, D., Crochemore-Silva, I., Wendt, A., Tarp, J., Shiroma, E. J., Simpson, R. J., Lee, I.-M., Ekefund, U., Cerin, E., Keita, Y., Bauman, A., Hallal, P. C., Varela, A. R., Pratt, M., Reis, R., Hinckson, E., Ding, D., W. Kohl III, H., & Sallis, J. (2026). Physical activity for public health in the 21st century. *Nature Medicine*, *32*(April), 1–18. https://doi.org/10.1038/s41591-026-04237-5.

Singh, V., Kumar, A., & Gupta, S. (2022). Mental Health Prevention and Promotion — A NarrativeReview. *Pyschiatry*, *13*(July), 1–17. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.898009.

Sinha, E. (2023). ' Co-creating ' experiential learning in the metaverse- extending the Kolb ' s learning cycle and identifying potential challenges. *The International Journalof Management Education*, *21*(3), 100875. https://doi.org/10.1016/j.ijme.2023.100875.

Timalsina, S., & Chaurasia, J. (2025). CONNECTING KNOWLEDGE AND ACTION : A REVIEW OF THE APPLICATION , BENEFITS , AND CHALLENGES OF

PRA TOOLS IN COMMUNITY DEVELOPMENT. *Cultural Communication and Socialization Journal (CCSJ) ISSN:*, *6*(2),1–6. https://doi.org/10.26480/ccsj.02.2025.69.75.

Uula, M. M. (2025). A Bibliometric Review on Sustainable Wellness Tourism. *Halal Tourism and Pilgrimage*, *5*(1), 1–10.

Wijeratne, M., & Silva, W. N. De. (2024). *The Paradigm Shift of Agricultural Extension from Technology Transfer Towards Participatory Approaches*. *19*(1), 1–13.

Xu, S., & Law, R. (2023). Dimensions of the health benefits of wellness tourism : A review. *Frontiers in Psychology*, *January*, 1–10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1071578.

Yuniningsih, T., Setianingsih, E. L., & Suwitri, S. (2025). Gender Equality-based Tourism Development in Indonesia : Case Study in Denpasar City , Bali Province. *The 5th International Conference on Governance, Public Administration, and Social Science: Policy and Development*, 203–225. https://doi.org/10.18502/kss.v10i15.19174.

Zhou, D., & Xiao, M. (2024). Recent developments in anthropological methods for the study of complex societies. *International Journal of Anthropology and Ethnology*, *135*, 1–19. https://doi.org/10.1186/s41257-024-00105-7.