

BAB I

PENDAHULUAN

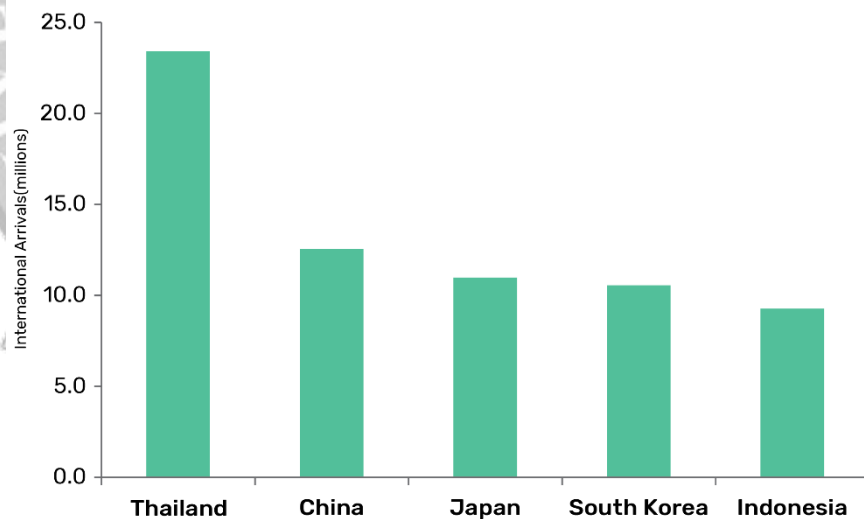
A. Gagasan Awal

Wellness atau kebugaran menurut Global Wellness Institute (2019) merupakan sebuah kondisi yang berasal dari intensi, pilihan, maupun tindakan yang dilakukan secara aktif untuk mencapai kesehatan secara menyeluruh yang berkaitan dengan fisik maupun dimensi-dimensi lain yang harus bekerja secara harmonis. Dimensi-dimensi lain yang dimaksud adalah dimensi mental, emosional, spiritual, sosial, dan lingkungan (Global Wellness Institute, 2019). Kondisi yang bugur itu sendiri berkaitan dengan berbagai tindakan yang mengadopsi sikap serta gaya hidup tertentu dengan tujuan untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, kualitas hidup, maupun kesejahteraan hidup. Dewasa ini, kesadaran masyarakat akan kesehatan semakin berkembang seiring dengan munculnya berbagai kampanye mengenai pola hidup sehat itu sendiri (Ridzuan *et al.*, 2018). Hal tersebut juga berbanding lurus dengan perkembangan sektor kebugaran itu sendiri, tercatat pada Laporan *Global Wellness Economy Monitor* yang dipublikasikan oleh Global Wellness Institute (2018) bahwa sektor kebugaran dunia pada tahun 2017 telah menghasilkan pendapatan sebesar \$ 4,2 triliun, dengan sektor pariwisata kebugaran sebagai penyumbang pendapatan tertinggi ketiga yaitu sebesar \$ 639.4. Selain itu, terkait dengan kondisi pandemi COVID-19 yang sedang melanda dunia,

diprediksikan bahwa pariwisata kebugaran akan menjadi preferensi perjalanan terbaru, bahkan menjadi tren pariwisata global yang akan berkembang setelah pandemi COVID-19 berakhir sebagaimana yang dikemukakan oleh Ketua Dewan Pariwisata Hong Kong YK Pang (Yuniar, 2020).

Menurut GlobalData (2020), Asia-Pasifik merupakan kawasan dengan pertumbuhan pasar pariwisata kebugaran tercepat dengan peningkatan angka perjalanan sebesar 33% atau yang setara dengan 109,4 juta perjalanan. Tercatat pada tahun 2019, Indonesia merupakan salah satu negara yang dinyatakan sebagai destinasi wisata kebugaran paling banyak dikunjungi di kawasan Asia (GlobalData, 2020).

GAMBAR 1
Destinasi Wisata Kebugaran Paling diminati di Asia Tahun 2019



Sumber : GlobalData (2020)

Berdasarkan peluang wisata kebugaran di Indonesia yang begitu besar, Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif (Kemenparekraf) berkerja sama

dengan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) melakukan pengembangan wisata kebugaran atau yang dikenal juga sebagai wisata kesehatan di Indonesia (Dimiyanti, 2019). Dalam melakukan pengembangan terhadap wisata kebugaran di Indonesia, Kemenparekraf dan Kemenkes sepakat untuk membagi wisata kesehatan menjadi empat kluster, yaitu wisata medis, wisata kebugaran dan jamu, wisata olahraga yang mendukung kesehatan, dan wisata ilmiah kesehatan (Rokom, 2019). Selain itu, tren wisata kebugaran juga diprediksikan oleh Presiden Joko Widodo sebagai salah satu bentuk alternatif liburan yang akan berkembang setelah pandemi COVID-19, dikarenakan jenis wisata tersebut tidak perlu melibatkan kerumunan (Purwanto, 2020).

Wisata kebugaran menurut Global Wellness Institute (2019) didefinisikan sebagai sebuah perjalanan yang berkaitan dengan berbagai usaha untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas hidup individu. Selain itu, wisata kebugaran dapat memberikan peluang dan keuntungan bagi berbagai jenis usaha di industri pariwisata maupun usaha yang secara khusus bergerak pada sektor kebugaran. Perusahaan-perusahaan di bidang perjalanan yang mendapatkan keuntungan dari wisata kebugaran terdiri dari perusahaan transportasi, perusahaan akomodasi, perusahaan jasa, layanan makanan dan minuman, layanan berbelanja dan aktivitas secara umum. Sementara perusahaan-perusahaan yang spesifik menyediakan layanan pada sektor kebugaran berkaitan dengan perusahaan *fitness* (pusat kebugaran), penyedia layanan meditasi, hingga penyedia layanan pijat seperti spa.

GAMBAR 2
Industri Wisata Kebugaran



Sumber : Global Wellness Institute (2018)

Spa menurut International Spa Association (2017), merupakan tempat yang secara khusus menyediakan berbagai layanan professional yang mendorong pembaharuan secara pikiran, tubuh, dan jiwa untuk mencapai kesejahteraan secara menyeluruh. Sedangkan menurut Peraturan Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2014 tentang standar usaha spa, spa merupakan sebuah usaha perawatan yang memberikan layanan dengan metode kombinasi terapi air, terapi aroma, pijat, rempah-rempah, layanan makanan/minuman sehat, dan olah aktivitas fisik dengan tujuan menyeimbangkan jiwa dan raga dengan tetap memperhatikan tradisi dan budaya bangsa Indonesia. Spa itu sendiri telah berkembang sejak dahulu sebagai sebuah perawatan yang digunakan untuk meningkatkan kesehatan fisik, menjaga kecantikan serta kebugaran tubuh (Kemenparekraf, 2019). Seiring berkembangnya zaman, spa juga dijadikan sebagai perawatan yang memberikan rasa nyaman dan rileks bagi

berbagai kalangan (Kemenparkraf, 2019). Menurut Duta Pariwisata Spa Indonesia Zahra, kawasan perkotaan besar merupakan salah satu kawasan yang dinilai berpotensi bagi industri spa (Aryanto, 2020). Sejalan dengan hal tersebut, Direktur Marketing dan Spa PT Mustika Ratu Isabella Silalahi juga berpendapat bahwa kaum *urban millennial* di kota-kota besar merupakan pasar potensial industri spa, dikarenakan gaya hidup yang dipenuhi oleh berbagai aktivitas yang padat sehingga memicu tingkat stress yang tinggi (Alamsyah, 2019).

Berdasarkan hal tersebut, kawasan Gading Serpong merupakan kawasan yang berpotensi bagi pengembangan usaha spa. Kawasan Gading Serpong dikenal sebagai kota mandiri penunjang aktivitas bisnis, kesehatan dan pendidikan di Kabupaten Tangerang (Kompas.com, 2016). Selaras dengan pernyataan tersebut, Menurut Kusumaputra (2017) banyak lembaga pendidikan seperti perguruan tinggi yang mendominasi kawasan ini. Selain itu, kawasan Gading Serpong juga merupakan kawasan yang menjadi alternatif hunian bagi para konsumen yang terdiri dari pasangan muda maupun generasi *millennial* (Kompas.com, 2019). Dalam menghadapi situasi pandemi COVID-19, kawasan Gading Serpong juga sedang mengembangkan konsep *healthy living* pada setiap huniannya (Paramount Land, 2020). Selain itu, menurut Bupati Tangerang Ahmed Zaki Iskandar, kawasan Gading Serpong merupakan pusat ekonomi baru (*new economic hub*) yang penting bagi Kabupaten Tangerang bahkan Jabodetabek (Hidayat, 2016). Kondisi kawasan Gading Serpong yang dipenuhi oleh berbagai fasilitas juga memberikan potensi bagi kawasan tersebut untuk semakin ramai dihuni dan berdampak pada

perkembangan ekonomi yang semakin cepat (Kompas.com, 2016). Hal tersebut yang menjadikan kawasan Gading Serpong sebagai lokasi yang tepat bagi pengembangan bisnis spa. Pada umumnya, spa di Indonesia banyak menggunakan rempah sebagai bahan perawatan dikarenakan kekayaan akan rempah-rempah yang dimiliki oleh Indonesia.

Bisnis spa yang akan dikembangkan bernama Serempah Spa. Serempah Spa merupakan sebuah *day spa* yang ramah lingkungan dan akan berlokasi di Kawasan Gading Serpong, Kabupaten Tangerang. Serempah Spa merupakan spa akan memberikan berbagai layanan perawatan dengan menggunakan perpaduan rempah-rempah khas Indonesia seperti kayu manis, lada hitam, pala, cengkeh, jahe, adas, ketumbar, dan serai. Selain rempah-rempah, Serempah spa juga akan menggunakan garam sebagai bahan dasar dari beberapa layanan perawatan yaitu seperti *halotherapy* atau yang dikenal dengan terapi garam yang banyak berkembang di negara-negara lain. Layanan yang juga akan ditawarkan oleh Serempah Spa terdiri dari serangkaian perawatan *hydrotherapy*, perawatan eksfoliasi, *aromatherapy*, terapi pijat, dan terapi batu. Serempah Spa juga akan menawarkan aktivitas olah fisik yoga yang akan yang dipadukan dengan berbagai jenis olahraga lain seperti *pilates* dan *high intensity interval training* (HIIT). Sebagai sebuah *day spa* yang ramah lingkungan, Serempah Spa berkomitmen untuk memperhatikan aspek lingkungan pada pengelolaan spa dengan menggunakan bahan-bahan yang ramah lingkungan pada setiap perawatan hingga interior pada spa yang akan didominasi berbagai jenis material yang ramah lingkungan. Selain

itu, suasana pada Serempah Spa akan diatur sedemikian rupa untuk memberikan kenyamanan bagi para konsumen spa seperti penyediaan *aromatherapy* dengan aroma-aroma rempah khas Indonesia dan pemutaran alunan musik yang pada setiap ruangan perawatan. Target pasar Serempah Spa mencakup kaum *urban millennial* dengan rentang usia mulai dari 20 tahun hingga usia 45 tahun yang akan didominasi oleh kaum perempuan.

B. Tujuan Studi Kelayakan

Studi Kelayakan Bisnis dari Serempah Spa yang dilakukan memiliki beberapa tujuan yang terdiri dari tujuan utama dan sub-tujuan. Berikut pemamparan mengenai kedua tujuan dari penyusunan Studi Kelayakan Bisnis Serempah Spa.

1. Tujuan Utama (*Major Objectives*)

Penyusunan Studi Kelayakan Bisnis Serempah Spa dimaksudkan untuk menganalisa kelayakan bisnis dari berbagai aspek yang dapat membantu pemilik usaha dalam menyimpulkan apakah bisnis tersebut layak untuk direalisasikan atau tidak. Aspek-aspek yang akan dianalisis meliputi aspek pemasaran, aspek operasional, aspek organisasi dan sumber daya manusia serta aspek keuangan. Hasil analisis tersebut juga diharapkan dapat membantu pemilik usaha dalam meminimalisir potensi risiko yang mungkin bisa terjadi kedepannya.

a. Aspek Pemasaran

Menganalisis kondisi pasar bagi bisnis Serempah Spa dari berbagai perspektif mulai dari analisis terhadap permintaan pasar, penawaran pasar, baur pemasaran (*marketing mix*), segmentasi dan target pasar, posisi dalam pasar (*positioning*), serta faktor-faktor eksternal di luar perusahaan yang meliputi kondisi ekonomi, sosial, politik, lingkungan hidup, teknologi, dan lainnya.

b. Aspek Operasional

Menganalisis aspek-aspek operasional yang dibutuhkan oleh bisnis Serempah Spa seperti pemilihan lokasi, fasilitas dan teknologi yang dibutuhkan, serta aktivitas yang akan dilakukan terkait dengan bisnis yang akan dijalankan.

c. Aspek Organisasi dan Sumber Daya Manusia

Menganalisis berbagai aspek sumber daya manusia yang berhubungan dengan organisasi pada bisnis yang akan dijalankan meliputi deskripsi dan spesifikasi pekerjaan, proses perekrutan, kompensasi, pelatihan, serta aspek yuridis perusahaan.

d. Aspek Keuangan

Menganalisis aspek-aspek keuangan yang berhubungan dengan perusahaan Serempah Spa seperti kebutuhan dan sumber dana, perkiraan biaya operasional dan pendapatan perusahaan, proyeksi neraca, proyeksi laba rugi, proyeksi arus kas, *break even point*,

penilaian investasi, dan manajemen risiko yang mungkin terjadi pada perusahaan.

2. Sub-Tujuan (*Minor Objectives*)

- a. Turut berperan serta dalam pengembangan pariwisata di Indonesia khususnya untuk Wisata Kesehatan yang sedang dikembangkan oleh Pemerintah Indonesia.
- b. Membuka lapangan kerja dan meningkatkan perekonomian masyarakat sekitar.
- c. Memberikan wawasan kepada masyarakat bahwa kesehatan dapat dijaga dengan cara yang menyenangkan.
- d. Mempromosikan konsep kesehatan secara menyeluruh melalui fisik maupun pikiran.

C. Metodologi

Untuk mendapatkan hasil studi kelayakan bisnis yang akurat dan yang layak untuk dijalankan, tentunya dibutuhkan ketersediaan data yang mendukung bisnis terkait. Menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 220)

Berdasarkan hal tersebut, ada dua jenis data yang dikumpulkan yaitu :

1. Data Primer

Menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 38), data primer merupakan data yang dikumpulkan secara spesifik dikumpulkan langsung oleh peneliti untuk keperluan studi tertentu. Pada umumnya, data primer diperoleh melalui berbagai metode pengumpulan data seperti wawancara, observasi, kuesioner, dan eksperimen. Berikut merupakan

data primer yang akan digunakan dalam studi kelayakan ini :

a. Observasi

Observasi merupakan tindakan yang melibatkan aktivitas menonton, merekam, menganalisis, serta menafsirkan berbagai perilaku, tindakan, ataupun peristiwa yang telah direncanakan. Observasi yang dilakukan oleh penulis akan berada di kawasan Gading Serpong dan sekitarnya, dengan tujuan untuk memperoleh data yang dibutuhkan penulis mengenai kondisi lingkungan sekitar sebagai lokasi yang berpotensi bagi bisnis terkait.

b. Kuesioner

Kuesioner didefinisikan oleh Sekaran dan Bougie (2018, hal. 142) sebagai sebuah rangkaian pertanyaan secara tertulis yang sebelumnya telah dirumuskan untuk mendokumentasikan berbagai jawaban dari para responden dengan alternatif yang lebih dekat. Kuesioner pada umumnya dibedakan menjadi beberapa bagian, sebagai berikut:

1) *Personally administered questionnaire*

Merupakan kuesioner yang disebarakan secara langsung oleh peneliti kepada para responden dengan jangka waktu pengumpulan yang tergolong pendek atau pada saat itu juga.

2) *Electronic and online questionnaire*

Merupakan kuesioner yang didistribusikan melalui media

elektronik atau secara *online* melalui berbagai media yang tersedia seperti *e-mail*, *website* atau *personal blog*, dan jejaring sosial.

Dalam mendokumentasikan jawaban dari pada responden, penulis menggunakan *electronic and online questionnaire* sebagai media untuk memperoleh data primer. *Electronic and online questionnaire* dipilih oleh penulis dikarenakan mayoritas responden memiliki keterbatasan ruang gerak dari setiap responden akibat pandemic COVID-19 yang melanda dunia, sehingga peneliti tidak bisa bertemu secara langsung dengan para responden terkait.

Selain itu, dalam menentukan responden untuk kuesioner terkait, peneliti perlu menentukan populasi maupun sampel. Populasi merupakan sekelompok orang, acara ataupun segala sesuatu yang menimbulkan ketertarikan peneliti untuk meneliti hal tersebut (Sekaran dan Bougie, 2018, hal. 236). Sedangkan sampel merupakan anggota yang telah dipilih dan berasal dari sebuah populasi (Sekaran dan Bougie, 2018, hal. 237). Dalam menentukan *sample*, terdapat dua teknik *sampling* yang terdiri dari *probability sampling* dan *non probability sampling* (Sekaran dan Bougie, 2018, hal. 240).

1) *Probability Sampling*

Menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 242), *probability sampling* merupakan teknik *sampling* yang digunakan Ketika

elemen dalam sebuah populasi sudah diketahui dan tidak ada anggota yang memiliki peluang lebih besar dalam pemilihan sebagai sampel penelitian. Berikut merupakan beberapa metode *sampling* dalam *probability sampling* :

a) *Simple Random Sampling*

Simple Random Sampling merupakan metode *sampling* yang digunakan ketika jumlah elemen pada populasi telah diketahui dan setiap elemen tersebut memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai subjek penelitian (Sekaran dan Bougie, 2018, hal. 242).

b) *Systematic Sampling*

Systematics Sampling menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 243), merupakan metode *sampling* yang diawali dengan memilih secara acak antara 1 dan n dari seluruh elemen populasi.

c) *Stratified Random Sampling*

Menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 244), *stratified random sampling* merupakan metode *sampling* yang melibatkan proses segregasi atau pemisahan pada seluruh elemen dan diikuti pemilihan sampel secara acak pada setiap strata.

d) *Cluster Sampling*

Cluster sampling merupakan metode *sampling* yang

melibatkan pembagian target populasi menjadi kelompok-kelompok sampel dengan kondisi karakteristik yang homogen (Sekaran dan Bougie, 2018, hal. 246).

2) *Non Probability Sampling*

Non probability sampling didefinisikan oleh Sekaran dan Bougie (2018, hal. 247) sebagai sebuah teknik *sampling* yang digunakan ketika seluruh elemen pada populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Hal tersebut dikarenakan jumlah elemen populasi yang tidak diketahui secara pasti. Berikut merupakan beberapa metode *sampling* dalam *non probability sampling* :

a) *Convenience Sampling*

Menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 247), *convenience sampling* adalah metode pemilihan anggota sebuah populasi sebagai *sample* yang mampu memberikan informasi yang dibutuhkan secara mudah dan cepat.

b) *Purposive Sampling*

Purposive sampling menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 248) merupakan metode *sampling* yang melibatkan sekelompok individu yang memiliki kesesuaian dengan kriteria responden pada penelitian dan mampu memberikan informasi yang sesuai dengan penelitian terkait.

Dalam menentukan *sample*, penulis menggunakan teknik *convenience sampling*, sehingga informasi yang dibutuhkan oleh penulis dapat dengan mudah dan cepat. Orang-orang yang mengisi kuesioner terkait merupakan orang-orang yang dikenal oleh penulis maupun orang-orang yang termasuk dalam kriteria yang dibutuhkan oleh penulis. Penulis melakukan persebaran kuesioner kepada target populasi *urban millennial* dengan rentang usia 20 hingga 45 tahun yang berdomisili di Tangerang dan sekitarnya. Jumlah responden yang akan mengisi berdasarkan teori dari Hair, Black, Babin, dan Anderson (2019, hal. 133), pada umumnya sebanyak 5 orang responden dikali dengan jumlah pertanyaan yang akan diteliti oleh peneliti. Terkait dengan hal tersebut, maka jumlah kuesioner yang akan disebarakan minimal sebanyak 200 buah dengan penambahan responden sebanyak 15 sampel, sehingga hasil yang diperoleh oleh penulis dapat mewakili dan lebih baik. Total responden yang dibutuhkan dalam penelitian terkait yaitu sebesar 215 responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 37) merupakan jenis data yang berasal dari pihak lain dengan tujuan untuk keperluan studi pada saat tertentu. Pada umumnya, data sekunder berbentuk buletin statistik, publikasi milik pemerintah, informasi yang telah dipublikasikan atau yang tidak dipublikasikan yang tersedia dari dalam maupun di luar organisasi, situs web sebuah perusahaan, dan internet.

a. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas menurut Sekaran dan Bougie (2018, hal. 220), merupakan sebuah bentuk pengujian terhadap seberapa baiknya sebuah instrument yang telah dikembangkan dalam mengukur sebuah konsep yang ingin diteliti.

Sedangkan reliabilitas didefinisikan oleh Sekaran dan Bougie (2018, hal. 220) sebagai sebuah pengujian terhadap tingkat konsistensi dari sebuah instrumen yang digunakan untuk suatu konsep yang ingin diteliti.

D. Tinjauan Konseptual Mengenai Bisnis Terkait

1. Pariwisata

a. Definisi Pariwisata

United Nations World Tourism Organization atau UNWTO (2020) mendefinisikan pariwisata sebagai sebuah fenomena sosial, budaya, dan ekonomi yang mengharuskan sekelompok orang untuk melakukan perpindahan ke suatu negara atau tempat di luar lingkungannya sehari-hari dengan berbagai tujuan personal maupun untuk keperluan bisnis.

Pariwisata menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2009 tentang Kepariwisataan merupakan seluruh kegiatan wisata yang didukung oleh berbagai fasilitas dan layanan yang disediakan oleh berbagai pihak seperti masyarakat, pengusaha, pemerintah, serta pemerintah daerah.

b. Komponen Pariwisata

Menurut Cooper (2016, hal. 34) dalam sebuah destinasi pariwisata terdapat empat komponen utama yang terdiri dari :

1) Daya Tarik Wisata

Sesuatu yang berfungsi untuk menarik perhatian para wisatawan terhadap sebuah destinasi pariwisata yang bersifat natural, buatan maupun sebuah acara.

2) Amenitas

Amenitas merupakan segala bentuk fasilitas yang terdiri dari akomodasi, toko makanan dan minuman, sarana rekreasi, toko ritel, dan berbagai layanan lain .

3) Aksesibilitas

Aksesibilitas merupakan kemudahan dalam menjangkau suatu tempat dengan berbagai moda transportasi maupun akses.

4) Layanan Tambahan

Layanan tambahan merupakan layanan-layanan lain yang disediakan oleh masyarakat lokal untuk menunjang berbagai kegiatan pariwisata dan para wisatawan.

2. Wisata Kesehatan & Kebugaran

a. Wisata Kesehatan (*Health Tourism*)

Wisata Kesehatan menurut United Nations World Tourism Organization (2018) merupakan jenis pariwisata dengan motivasi utama berupa kontribusi terhadap kesehatan secara fisik, mental

maupun spiritual melalui berbagai kegiatan medis dan kegiatan kebugaran, yang dapat membantu meningkatkan kapasitas individu untuk memenuhi kebutuhannya serta agar mampu berfungsi lebih baik sebagai individu dalam lingkungan maupun masyarakat. Wisata Kesehatan merupakan istilah umum yang digunakan untuk wisata kebugaran dan wisata medis.

b. Wisata Kebugaran (*Wellness Tourism*)

Menurut United Nations World Tourism Organization atau UNWTO (2018), Wisata Kebugaran merupakan jenis kegiatan pariwisata yang berfungsi untuk meningkatkan dan menyeimbangkan seluruh bagian utama dalam kehidupan manusia seperti fisik, mental, emosional, pekerjaan, intelektual, dan spiritual. Motivasi utama para wisatawan wisata kebugaran adalah untuk terlibat dalam berbagai kegiatan pencegahan, proaktif, serta peningkatan gaya hidup mulai dari kebugaran tubuh, makanan sehat, relaksasi, perawatan, dan penyembuhan.

Global Wellness Institute (2018) membedakan wisatawan wisata kebugaran menjadi dua kategori sebagai berikut :

a) Wisatawan Wisata Kebugaran Primer

Wisatawan yang melakukan perjalanan atau memilih sebuah destinasi perjalanan berdasarkan motivasi untuk memperoleh kebugaran.

b) Wisatawan Wisata Kebugaran Sekunder

Seorang wisatawan yang berupaya untuk tetap menjaga kebugaran pada saat berpergian atau seseorang yang berpartisipasi dalam sebuah aktivitas kebugaran pada saat melakukan perjalanan tertentu untuk bisnis maupun untuk berlibur.

3. Usaha Pariwisata

Berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2009 tentang Kepariwisataan, usaha dalam bidang pariwisata dibedakan menjadi tiga belas kategori bidang usaha pariwisata yang terdiri dari daya tarik wisata, kawasan pariwisata, jasa transportasi wisata, jasa perjalanan wisata, jasa makanan dan minuman, penyediaan akomodasi, penyelenggaraan kegiatan hiburan dan rekreasi, penyelenggaraan pertemuan, perjalanan insentif, konferensi, dan pameran, jasa informasi pariwisata, jasa konsultan pariwisata, jasa pramuwisata, wisata tirta, dan spa.

4. Spa

a. Definisi Spa

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Spa, spa merupakan istilah yang berasal dari singkatan Bahasa Latin yaitu “*Salus Per Aquam*” atau “*Sanitas Per Aquam*” yang diartikan sebagai kesehatan melalui air.

Spa didefinisikan oleh Association of South East Asian Nations atau ASEAN (2016) sebagai sebuah perusahaan yang menyediakan berbagai perawatan pijat and dua aplikasi terapi air, termasuk sauna, *scrub*, pembalutan, perawatan untuk meningkatkan energi, aktivitas olah fisik, program nutrisi dan diet, yoga, meditasi, perawatan herbal atau layanan lain yang disediakan secara professional untuk mempertahankan kesejahteraan klien secara menyeluruh.

b. Sejarah Spa di Indonesia

Menurut Sutanto & Batiholim (2016), perkembangan spa di Indonesia ditandai dengan kehadiran beberapa bangunan seperti Istana Air Taman Sari, Candi Jalatunda, Kolam Segaran, dan Tampaksiring sebagai wujud kesadaran masyarakat sejak dulu terhadap penggunaan air untuk sarana pengobatan, peningkatan kesehatan terkait jiwa, raga serta sukma.

1) Istana Air Taman Sari

Istana Air Taman Sari merupakan sebuah pemandian eksklusif yang dibuat oleh seorang arsitek Portugis dan terletak di sebelah Barat Keraton Yogyakarta. Istana Air Taman Sari banyak digunakan sebagai tempat pemandian khusus para raja dan kerabatnya serta berfungsi sebagai tempat pembersihan batin, tempat untuk pemerintahan, dan benteng pertahanan.

2) Candi Jalatunda

Candi Jalatunda merupakan tempat pemandian milik Raja Erlangga yang terletak di Jalatunda, Mojokerto, Jawa Timur. Bangunan ini digunakan untuk melakukan pertapaan dengan mengapungkan diri dalam air guna membebaskan diri dari keadaan sekitar, meninggalkan sejenak fungsi tubuh atau keinginan serta nafsu jasmaniah untuk mencapai keseimbangan jiwa maupun raga serta sukma.

3) Kolam Segaran

Kolam Segaran atau yang diartikan sebagai laut dalam Bahasa Jawa merupakan kolam air besar yang ditemukan berada di situs Kerajaan Majapahit. Berdasarkan hasil penelitian dari para arkeologis, kolam ini merupakan kolam penampungan air bagi seluruh penduduk Kerajaan Majapahit, terutama pada saat musim kemarau. Selain itu, Kolam Segaran juga berfungsi sebagai tempat pemandian, tempat bagi para prajurit Majapahit berlatih perang, taman hiburan bagi para bangsawan kerajaan, serta tempat untuk menjamu duta-duta besar dan para tamu kerajaan.

4) Tampaksiring

Tampaksiring merupakan tempat pemandian umum yang memiliki arti “telapak kaki miring” dalam Bahasa Bali. Tampaksiring dipercaya berasal dari hasil pertarungan antara Mayadenawa yaitu seorang raja sakti yang pada saat itu

memerintah, dengan Dewa Batara Indra. Air suci atau yang dikenal sebagai Tirta Empul yang muncul pada pemandian tersebut, merupakan sebuah mata air yang diciptakan oleh Batara Indra untuk menandingi Mayadenawa yang menciptakan mata air beracun untuk menghentikan Batara Indra.

c. Jenis Spa

International Spa Association atau ISPA (2008) mengategorikan spa menjadi beberapa jenis seperti *club spa*, *day spa*, *destination spa*, *medical spa*, *mineral spring spa*, dan *resort / hotel spa*.

1) *Club Spa*

Fasilitas yang berfokus pada kegiatan kebugaran dan menawarkan berbagai variasi layanan spa yang dikelola secara profesional dalam kehidupan sehari-hari.

2) *Day Spa*

Spa yang menyediakan berbagai layanan perawatan yang disajikan secara profesional kepada para konsumen pada kehidupan sehari-hari.

3) *Destination Spa*

Sebuah fasilitas yang disediakan dengan tujuan utama untuk memberikan edukasi bagi para pengunjung spa untuk mengembangkan pola hidup sehat melalui penyediaan program-program yang komprehensif, meliputi layanan spa, kegiatan olah

fisik, pendidikan mengenai kebugaran, makanan yang sehat, dan pemrograman minat khusus.

4) *Medical Spa*

Sebuah fasilitas yang menyediakan layanan dari pekerja yang memiliki sertifikasi penuh atas layanan kesehatan atau yang dikenal sebagai seorang pakar kesehatan profesional.

5) *Mineral Spring Spa*

Sebuah spa yang menawarkan sumber mineral yang alami, air panas atau air laut yang digunakan untuk perawatan hidroterapi.

6) *Resort / Hotel Spa*

Spa yang berlokasi di sebuah resort atau hotel yang menyediakan layanan spa secara profesional, kegiatan kebugaran dan komponen-komponen kebugaran lain.

Menurut Association of South East Asian Nations atau ASEAN (2016), spa dibedakan menjadi beberapa jenis sebagai berikut :

1) *Day Spa*

Day spa merupakan spa yang berdiri sendiri di sebuah perumahan, gedung-gedung komersil, pusat perbelanjaan ataupun terminal sebuah bandara yang pada umumnya melayani tamu dalam jangka waktu 1 – 5 jam. Pada umumnya pada sebuah *day spa* tidak terdapat sebuah akomodasi.

2) *Club Spa*

Spa yang menyediakan berbagai layanan di dalam lingkungan berbentuk klub tanpa akomodasi dan menggunakan sistem keanggotaan yang dibayarkan oleh para pengunjung. Spa ini berfokus pada kegiatan olah fisik untuk memperkuat tubuh, dan terdapat area yang menyediakan berbagai layanan perawatan lain seperti yoga.

3) *Hotel / Resort Spa*

Sebuah spa yang berada di sebuah hotel atau resort dengan menyediakan layanan perawatan pijat, latihan olah fisik, penguapan dan sauna sebagai layanan utama bagi para tamu hotel maupun resort. Pada umumnya, tidak tersedia akomodasi pada spa.

4) *Mineral Spring Spa*

Sumber air panas alami atau buatan maupun mata air mineral yang dapat memberikan manfaat penyembuhan bagi penikmatnya.

5) *Cruise Ship Spa*

Spa yang terletak di sebuah kapal pesiar yang disediakan agar para tamu bisa melakukan aktivitas pemanjaan diri dan perawatan kecantikan. Selain itu, spa ini juga menyediakan aktivitas seperti latihan olah fisik untuk meningkatkan kebugaran tubuh secara menyeluruh.

6) *Destination Spa*

Sebuah spa yang menyediakan berbagai pelayanan untuk meningkatkan gaya hidup maupun kesehatan yang dapat disesuaikan dengan keinginan konsumen melalui pelayanan spa secara professional, latihan olah fisik, program edukasi, dan akomodasi yang menyediakan berbagai makanan-makanan sehat yang tersedia dalam sebuah spa. Pada jenis spa ini tidak terdapat layanan spa yang ditujukan untuk menyembuhkan penyakit tertentu.

d. Perawatan Spa

Menurut Sutanto dan Batihalim (2016), spa memiliki berbagai layanan-layanan yang terdiri dari berbagai jenis perawatan sebagai berikut :

1) *Hydrotherapy*

Hydrotherapy merupakan seluruh penggunaan sarana air sebagai perawatan untuk penampilan, pengobatan, penyembuhan, pemeliharaan, dan peningkatan kesejahteraan melalui jiwa, raga, dan sukma yang pada umumnya merupakan perawatan yang dilakukan dalam sebuah spa.

2) *Thalasso Therapy*

Jenis perawatan yang merupakan penyembuhan terhadap gangguan kesehatan melalui perawatan mandi dengan air laut, berlayar di laut dan menghirup udara laut.

3) *Body Mask*

Body mask atau yang dikenal sebagai balur badan merupakan bentuk perawatan yang menggunakan ramuan berbentuk pasta dan dioleskan ke seluruh bagian tubuh ataupun pada bagian tubuh tertentu dengan tujuan untuk melepaskan sel-sel kulit mati, melembapkan kulit, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kadar mineral yang dimiliki oleh tubuh, meningkatkan elastisitas serta menghaluskan kulit.

4) Perawatan Eksfoliasi

Sebuah perawatan yang ditujukan untuk mengangkat sel-sel tanduk tua yang menempel pada kulit ari yang berfungsi untuk menghaluskan permukaan kulit, mempercepat regenerasi kulit, memudahkan penyerapan produk perawatan kulit secara menyeluruh.

5) *Body Wraps*

Body wraps atau balut badan merupakan perawatan untuk tubuh dengan menggunakan berbagai ramuan dari bahan-bahan tertentu yang dioleskan ke seluruh bagian tubuh atau bagian-bagian tubuh tertentu dan dibalut menggunakan *electric heating blanket* yang dapat menimbulkan efek panas pada tubuh.

6) *Aromatherapy*

Pengetahuan serta praktik mengenai penyembuhan, peningkatan kesehatan, pemeliharaan keseimbangan jiwa maupun raga serta

sebagai perawatan untuk kecantikan yang telah digunakan sejak ribuan tahun lalu dengan menggunakan berbagai minyak esensial yang berasal dari seluruh bagian pada tumbuhan, mulai dari bunga, daun, buah, biji-bijian, batang, kulit, akar hingga getah pada tumbuhan.

7) *Massage Therapy*

Massage Therapy atau terapi pijat didefinisikan sebagai sebuah metode perawatan tubuh yang menggunakan berbagai Teknik mengusap, memukul, meremas, memutar, menggetar, dan menekan otot maupun persendian tertentu untuk membantu meningkatkan peredaran darah dan getah bening serta merenggangkan otot pada daerah yang bersangkutan.

8) Spa Wajah (*Facial Spa*)

Perawatan bagi kulit wajah yang dilakukan sebagai bagian dari rangkaian perawatan spa.

9) Spa Tangan

Spa tangan atau yang lebih dikenal sebagai spa *manicure* adalah perawatan yang dilakukan pada bagian tangan dan mencakup jari-jari tangan, kuku, lengan hingga batas siku.

10) Spa Kaki

Jenis perawatan pada bagian kaki yang mencakup seluruh bagian kaki mulai dari ujung jari kaki dan kuku-kukunya hingga lutut bagian bawah.

11) Spa Rambut

Spa rambut merupakan perawatan pada bagian kepala yang meliputi perawatan kulit kepala hingga rambut yang dilakukan atau merupakan perawatan yang ditawarkan oleh sebuah spa.

12) Terapi Batu

Terapi Batu merupakan perawatan pijat badan yang menggunakan batu basalt halus yang pipih dan secara alami dipanaskan serta ditempatkan pada titik-titik tubuh tertentu.

e. Manfaat Spa

Menurut Universal Spa Training Academy (2015), spa memiliki beberapa manfaat sebagai berikut,

1) Penurunan berat badan

Perawatan pada spa yang menggunakan suhu panas dapat membantu membersihkan kelenjar getah bening serta mengeluarkan racun dari dalam tubuh yang menyebabkan kenaikan pada berat badan.

2) Anti penuaan

Perawatan pada spa yang termasuk perawatan pada wajah dapat membantu mengurangi kerutan pada wajah dan mengurangi stress.

3) Mengendalikan kondisi kulit wajah

Perawatan spa dapat membantu membersihkan pori-pori pada wajah dan membunuh bakteri yang menyebabkan kondisi kulit wajah yang buruk.

4) Meningkatkan kesehatan secara menyeluruh

Seluruh manfaat yang didapatkan oleh para pengunjung spa dapat membantu meningkatkan kondisi kesehatan pengunjung. Selain itu, perawatan pada spa juga sering kali direkomendasikan sebagai pengobatan alternatif bagi orang yang menderita penyakit tertentu.

5. Rempah

a. Definisi Rempah

Menurut Robi, Kartikawati, dan Muflihati (2019), rempah merupakan bagian pada tumbuhan yang memiliki aroma serta dapat digunakan sebagai bumbu, penguat cita rasa, pengharum maupun pengawet yang telah lama digunakan oleh manusia.

Rempah merupakan zat-zat nabati yang beraroma dan berbentuk utuh hingga halus yang memiliki fungsi utama sebagai bumbu bagi makanan dibandingkan sebagai sumber nutrisi tanpa menghilangkan bagian-bagian lain seperti minyak esensial maupun prinsip penyedap (Sung *et al.*, 2012; Gotardi, Bukvicki, Prasad & Tyagi, 2016).

b. Jenis

Berbagai bagian dari tanaman rempah seperti akar, rimpang, batang, bunga, buah, biji dapat dikomersialkan dalam bentuk kering maupun basah, serta seluruh bagian mentah atau ekstraknya (Hakim, 2015, hal. 20). Berikut merupakan klasifikasi bagian pada rempah yang dapat dimanfaatkan :

1) Akar tanaman

Akar merupakan bagian pada tumbuhan yang berperan dalam menyerap unsur hara dan nutrisi yang berguna bagi tumbuhan. Akar yang pada umumnya digunakan untuk obat antara lain adalah akar aren, akar pule, akar jarak, dan sebagainya.

2) Rimpang

Rimpang merupakan modifikasi batang yang tertanam di dalam tanah. Pada bagian ujung rimpang terdapat kuncup dan tunas dari tanaman

3) Umbi

Umbi merupakan hasil modifikasi dari akar, batang atau tumpukan pangkal daun yang berfungsi untuk menyimpan makanan.

4) Batang dan kulit batang

Berbagai contoh batang dari tanaman yang digunakan sebagai obat antara lain adalah kemukus, brotowali, batang sambiloto, dan tebu. Selain itu, kayu manis dan serutan kayu secang juga termasuk dalam contoh rempah yang diperoleh melalui kulit batang.

5) Daun

Berbagai jenis daun yang dimanfaatkan sebagai rempah antara lain adalah daun jeruk, pandan, daun salam, dan sebagainya.

6) Bunga

Bunga yang sering dimanfaatkan dan memiliki nilai ekonomis paling tinggi diantaranya adalah cengkeh. Selain itu, juga terdapat jenis bunga yang juga dimanfaatkan dalam pengobatan yaitu seperti acalipha, pacar air, brokoli, bugenvil, krisan, rosela, kecubung, mawar, kenanga, kantil, bungasepatu, soka, wijayakusuma, melati dan sebagainya.

7) Buah dan biji

Buah merupakan salah satu sumber rempah utama yang memiliki ragam manfaat seperti dalam seni kuliner hingga dalam kesehatan.

c. Manfaat

Menurut Vázquez-Fresno *et al.* (2019) rempah-rempah memiliki berbagai jenis manfaat seperti :

- 1) Mengurangi resiko potensi pertumbuhan berbagai penyakit kronis
- 2) Memberikan perlindungan terhadap penyakit kardiovaskular, kondisi neurodegeneratif, peradangan kronis, kanker, obesitas, dan diabetes tipe 2
- 3) Sebagai sumber antioksidan, anti-mikroba, dan anti-inflamasi yang kuat
- 4) Mengurangi penggunaan garam sebagai penyedap rasa sehingga mengurangi asupan natrium yang masuk ke dalam tubuh.

6. *Halotherapy*

a. Definisi *Halotherapy*

Halotherapy menurut Vladeva dan Panajotova (2018, hal. 19) merupakan sebuah terapi yang menggunakan garam kering yang berada di sebuah ruangan tertentu dan disediakan dengan menggunakan peralatan khusus.

Menurut Global Wellness Institute (2020), *halotherapy* adalah berbagai jenis perawatan yang menggunakan garam sebagai bahan dari perawatan dan pada umumnya dibedakan menjadi perawatan kering dan basah.

b. Manfaat

Menurut Vladeva dan Panajotova (2018), *halotherapy* dapat memberikan beragam manfaat seperti :

- 1) Membantu meningkatkan fungsi tubuh
- 2) Menghilangkan zat-zat yang berbahaya bagi sistem pernapasan
- 3) Meningkatkan fungsi dan penampilan pada kulit wajah
- 4) Meningkatkan sistem imunitas tubuh
- 5) Mengurangi stress

Sementara menurut Salt Therapy Association (2015), *halotherapy* dapat memberikan berbagai manfaat bagi anak kecil maupun orang dewasa secara aman dan alami seperti :

- 1) Sebagai pengobatan yang berpotensi dapat mengobati berbagai permasalahan pada sistem pernapasan seperti alergi, asma,

bronkitis, infeksi bronkial, pilek dan flu, COPD, fibrosis kistik, dan sebagainya.

- 2) Bermanfaat bagi perawatan kulit seperti jerawat, eskema, psoriasis, dermatitis, rosacea, gatal, pembengkakan dan inflamasi, dan sebagainya.
- 3) Dapat mengurangi kegelisahan, kelelahan, dan stress
- 4) Meningkatkan kebersihan sistem pernapasan dan membersihkan kualitas udara buruk yang masuk ke dalam tubuh.

c. Jenis

Berdasarkan The Salt Therapy Association (2015), *Halotherapy* atau yang dikenal juga sebagai terapi garam kering dibedakan menjadi *active* dan *passive* berdasarkan jenis ruangan yang digunakan untuk melakukan terapi.

1) *Active*

Ruangan garam aktif memiliki halogenerator yang berfungsi untuk menyediakan partikel mikro garam di udara untuk dihirup dan diekspos ke kulit secara teratur.

2) *Passive*

Ruangan garam pasif merupakan lingkungan yang dibuat oleh manusia dengan menggunakan berbagai jenis garam seperti garam laut mati, garam himalaya, garam batu, garam mediterania, dan sebagainya tanpa menggunakan halogenerator. Pada umumnya aliran udara, kelembapan udara,

dan suhu pada ruangan ini diatur sedemikian rupa agar terbebas dari allergen dan polutan.

7. Yoga

Merupakan serangkaian aktivitas olah fisik yang memberikan pemulihan secara emosional dan secara sosial dari kesibukan sehari-hari serta bisa dikategorikan sebagai sebuah kegiatan rekreasi (Driver, Brown, & Peterson, 1991; Kyle & Chick, 2002; Nimrod, 2007; Dillite, Douglas & Andrzejewski, 2018).

a. Jenis Yoga

Menurut Harvard Health Publishing (2015), yoga dapat dibedakan menjadi beberapa cabang yang terdiri dari :

1) Ashtanga & *power yoga*

Ashtanga merupakan jenis yoga yang berbasis vinyasa (gerakan yang diselaraskan dengan pernapasan) yang mengalir dengan cepat yang dilakukan dengan serangkaian postur tubuh.

Sama seperti ashtanga, *power yoga* merupakan jenis yoga yang berfokus pada pergerakan energi dan menciptakan di dalam tubuh.

2) Jivamukti

Jivamukti mengadaptasi gerakan ashtanga dan menambahkan alunan, nyanyian bacaan, dan serangkaian meditasi.

3) Iyengar

Melibatkan gerakan-gerakan yang lebih lambat, menekankan pada keheningan, dan bentuk dari setiap postur.

4) Bikram

Bikram atau yang lebih dikenal sebagai *hot yoga* dilakukan di sebuah ruangan yang telah diatur pada suhu 100° Fahrenheit dengan tujuan untuk meningkatkan suhu tubuh dari dalam maupun luar.

5) Kundalini

Melibatkan gerakan-gerakan yang membutuhkan pernapasan dalam tempo yang cepat, beberapa postur, alunan suara, dan meditasi dengan menggunakan gerakan yang lambat dan terorganisir dan berfokus pada kesadaran terhadap energi yang dimiliki oleh tubuh.

6) Kripalu

Kripalu atau dikenal sebagai *gentle yoga* melibatkan mental, fisik, dan jiwa dalam tiga tahapan yang terdiri dari gerakan yang sengaja dilakukan, penyerahan yang disengaja, dan kegiatan meditasi yang berfungsi sebagai sebuah pemulihan spiritual dengan membangkitkan kesadaran terhadap pengalaman secara fisik, mental maupun spiritual.

Jenis-jenis yoga yang berkembang di dunia sangatlah banyak, namun Hatha Yoga yang merupakan kombinasi dari berbagai jenis

yoga dan lebih berfokus pada pranayama (latihan pernapasan), asanas (postur yoga) serta savasana (periode istirahat) merupakan jenis yoga yang paling terkenal dibandingkan dengan jenis yoga lain (Harvard Health Publishing, 2015).

8. *Pilates*

Pilates merupakan sebuah metode pelatihan bagi tubuh dan pikiran yang berfokus pada kestabilan otot inti perut, pengontrolan otot, pernapasan, fleksibilitas, dan postur tubuh (Wells, Kolt & Bialocerkowski, 2012; Patti *et al.*, 2015).

Sedangkan menurut Chen *et al.* (2020), *pilates* merupakan jenis olahraga yang memandukan gaya serta ide gerakan praktis dari gimnastik, seni bela diri, yoga, dan tarian yang bergagasan filosofis berdasarkan enam prinsip dasar yang terdiri dari konsentrasi, kontrol, keterpusatan, gerakan mengalir, presisi, dan penapasan.

9. *High Intensity Interval Training*

Menurut Feito, Heinrich, Butcher, dan Poston (2018), *High Intensity Interval Training* atau yang disingkat sebagai HIIT merupakan jenis program latihan yang melibatkan gerakan-gerakan yang membutuhkan energi cukup besar dan dilakukan dalam jangka waktu yang singkat, serta diselingi dengan periode istirahat atau latihan berintensitas rendah sebagai bagian dari pemulihan energi.

10. Konsep Bisnis

Serempah Spa merupakan amenitas dalam sebuah destinasi pariwisata yang termasuk sebagai salah satu bidang usaha pariwisata spa dengan kategori *day spa*. Layanan pada Serempah Spa terdiri dari berbagai rangkaian perawatan seperti *hydrotherapy*, perawatan eksfoliasi, *aromatherapy*, *massage therapy* dan terapi batu. Selain itu, Serempah Spa juga akan menyediakan jenis *halotherapy active* dengan menggunakan garam laut sebagai bahan utama dalam terapi. Serempah Spa juga akan menyediakan kegiatan olah fisik hatha yoga yang digabungkan dengan HIIT dan *pilates*.

