



**DARI STRES KE KESEIMBANGAN: PERAN WISATA SPIRITUAL DI UBUD DALAM
PROSES PEMULIHAN DIRI WISATAWAN**

Oleh

Putu Eka Wirawan

S1 Pariwisata, Fakultas Pariwisata dan Bisnis, Institut Pariwisata dan Bisnis Internasional

Email: wirawanputu@gmail.com

Abstract

This study aims to explore the role of spiritual tourism in Ubud, Bali, in supporting the self-healing process of tourists dealing with stress and emotional exhaustion. Using a qualitative approach with phenomenological methods, the research investigates the personal experiences of tourists who participated in spiritual activities such as melukat (Balinese purification ritual), meditation, and yoga at various spiritual centers in Ubud. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation, then analyzed using interpretative phenomenological analysis (IPA). Findings reveal that spiritual tourism provides a significant psychological impact, particularly through emotional catharsis, self-reflection, and increased inner awareness. The melukat ritual offers a profound emotional release, while yoga and meditation help tourists regain mental balance and clarity. The natural environment of Ubud, with its serene landscapes, contributes to psychological restoration, supporting Kaplan & Kaplan's Attention Restoration Theory. Furthermore, social connections formed during spiritual activities create a sense of belonging and shared healing experiences. This study reinforces existing theories in environmental psychology and transformational tourism and provides new insights through the lived narratives of spiritually engaged tourists. The findings highlight the importance of authentic and culturally-rooted spiritual tourism in creating long-term personal transformation and psychological well-being.

Keywords: *Self-Healing; Emotional Distress; Spiritual Tourism*

PENDAHULUAN

Dalam era modern yang ditandai dengan kemajuan teknologi dan gaya hidup serba cepat, stres telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari (Pasaman and Huaturuk 2025). Tekanan pekerjaan, tuntutan sosial, dan kecemasan pribadi seringkali mempengaruhi kesejahteraan mental individu (Pojwan and Ojo 2020). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2019, sekitar 970 juta orang di seluruh dunia hidup dengan gangguan mental, mencerminkan tingginya prevalensi masalah kesehatan mental global (WHO 2020). Minat terhadap wisata spiritual mengalami peningkatan yang signifikan dalam dua dekade terakhir, seiring meningkatnya

kesadaran masyarakat global terhadap pentingnya kesehatan holistic, yang tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga mental dan spiritual. Data dari UNWTO (United Nations World Tourism Organization) menunjukkan bahwa tren “*wellness tourism*” dan “*spiritual retreat*” berkembang pesat di destinasi-destinasi yang memiliki akar budaya kuat, seperti Bali (Gwi 2024; Smith 2023; Tripathi And Ben Said 2023; Wirawan Et Al. 2023). Ubud, dengan karakteristik alamnya yang tenang, masyarakat yang religius, dan praktik spiritual yang otentik, menjadi titik temu antara kebutuhan kontemporer dan kearifan lokal (Suwintari et al. 2023).



Ubud telah lama dikenal sebagai pusat seni dan spiritualitas di Bali (Wirawan et al. 2022). Terletak di dataran tinggi Gianyar, Ubud dikelilingi oleh hutan tropis, sawah terasering, serta pura-pura yang sakral, kondisi geografis dan atmosfer alam ini menjadi faktor penting dalam terbentuknya citra Ubud sebagai tempat untuk refleksi dan penyembuhan diri (Meikassandra, Prabawa, and Mertha 2020; Nuruddin et al. 2020; Utami, Hendrawan, and Dinata 2024). Fenomena wisata spiritual di kawasan ini mulai berkembang sejak akhir 1990-an dan mencapai puncaknya pada awal 2000-an, seiring meningkatnya ketertarikan wisatawan terhadap pengalaman yang bersifat personal dan transformatif, dibanding sekadar liburan rekreatif (Norman 2011; Nuruddin, Octaviany, and Wirawan 2022). Salah satu elemen utama dalam wisata spiritual di Ubud adalah ritual melukat, yaitu prosesi penyucian diri menggunakan air suci di tempat-tempat tertentu seperti Pura Tirta Empul atau Pura Mengening (Wirawan 2023b). Ritual ini dipercaya dapat menghilangkan pengaruh negatif, menyucikan pikiran, dan membuka energi positif dalam tubuh. Wisatawan domestik maupun mancanegara banyak yang mengikuti ritual ini tidak hanya karena kepercayaan terhadap efektivitas spiritualnya, tetapi juga karena pengalaman personal yang mendalam selama menjalani prosesi tersebut (Suarja et al. 2023).

Sebagai respons terhadap kondisi ini, wisata spiritual muncul sebagai alternatif untuk pemulihan diri. Ubud, sebuah desa di Bali, Indonesia, telah lama dikenal sebagai pusat spiritualitas dan budaya (Gede Sutarya 2023). Dikenal dengan julukan "*Healing Holy Village*," Ubud menawarkan berbagai praktik spiritual yang dirancang untuk membersihkan tubuh dan pikiran, serta mengembalikan keseimbangan emosional dan mental wisatawan. Salah satu praktik spiritual yang menonjol di Ubud adalah ritual melukat, sebuah upacara pembersihan jiwa yang telah

diwariskan turun-temurun dalam tradisi Hindu Bali. Ritual ini melibatkan doa, meditasi, dan penggunaan air suci untuk membersihkan diri dari energi negatif, kecemasan, dan penyakit (Sutarya 2022; Wirawan and Devi Rosalina 2024). Meskipun merupakan bagian dari tradisi Hindu, melukat kini juga diikuti oleh wisatawan dari berbagai latar belakang agama dan budaya, menunjukkan universalitas dan daya tarik spiritualnya.

Selain melukat, Ubud juga menawarkan berbagai retreat meditasi dan pusat kebugaran yang mengintegrasikan terapi tradisional Bali dengan pendekatan kesehatan modern. COMO Shambhala Estate, misalnya, merupakan resor *wellness* yang menggabungkan yoga, meditasi, dan terapi air dalam suasana alami yang mendalam (Indra 2022). Pengalaman ini tidak hanya memberikan ketenangan fisik tetapi juga transformasi emosional yang mendalam bagi para peserta. Lebih lanjut, kebanyakan studi yang membahas praktik melukat atau yoga retreat di Bali dilakukan dalam konteks religius atau etnografis, tanpa menyoroti secara mendalam pengalaman subjektif wisatawan selama mengikuti praktik-praktik tersebut. Fenomena ini juga turut memengaruhi identitas Ubud sebagai destinasi wisata. Jika dulu Ubud lebih dikenal sebagai tempat seni rupa dan tari tradisional, kini ia lebih dikenal sebagai "*spiritual village*" dengan berbagai penawaran spiritual yang dikemas secara menarik untuk pasar global. Bahkan, kehadiran Bali Spirit Festival, sebuah festival tahunan yang menyatukan yoga, musik dunia, dan spiritualitas, menjadi bukti bahwa wisata spiritual telah menjadi industri tersendiri di Ubud (Yusuf and Praptika 2023).

Namun, transformasi Ubud sebagai destinasi spiritual global tidak sepenuhnya tanpa tantangan. Sejumlah pengamat budaya mencatat adanya kecenderungan komodifikasi praktik spiritual lokal yang disesuaikan dengan selera pasar turis asing. Misalnya, beberapa pura kini mengatur jadwal khusus bagi



.....
wisatawan untuk melakukan melukat, yang semula merupakan bagian dari upacara adat. Hal ini menimbulkan perdebatan tentang batas antara pelestarian budaya dan kebutuhan ekonomi dari sektor pariwisata (Surya Diarta 2017). Selain praktik keagamaan lokal, Ubud juga menjadi rumah bagi banyak retreat yoga, meditasi, dan pengobatan holistik, seperti di The Yoga Barn, Radiantly Alive, atau Como Shambhala Estate. Kegiatan-kegiatan ini menarik perhatian individu yang mencari pemulihan emosional, keseimbangan energi, atau sekadar ‘detoks’ dari hiruk pikuk kehidupan kota. Pendekatan “*healing tourism*” yang ditawarkan di Ubud biasanya menggabungkan teknik meditasi Timur, pengobatan tradisional Bali, dan gaya hidup sehat (Wirawan 2023a; Yusuf and Praptika 2023). Tidak sedikit wisatawan yang datang secara khusus untuk mengikuti program retreat selama beberapa minggu hingga bulan, yang disebut sebagai “*transformational travel*.”

Meski demikian, tidak dapat disangkal bahwa wisata spiritual telah memberikan ruang baru bagi masyarakat lokal untuk mempertahankan dan bahkan memperluas praktik-praktik leluhur mereka (Melanie K. Smith 2015). Selain itu, manfaat ekonomi yang dihasilkan dari pariwisata ini juga dirasakan oleh komunitas setempat, dari pemilik homestay, pemandu spiritual, hingga pengrajin lokal (Surata, Sumartana, And Utama Rai 2013). Yang menarik, banyak pelaku wisata spiritual di Ubud yang berusaha mempertahankan keseimbangan antara nilai sakral budaya Bali dan tuntutan modernitas global (Bagus et al. 2024). Masyarakat lokal telah mengalami perubahan pola partisipasi dalam wisata spiritual, namun belum banyak kajian yang menyoroti bagaimana transformasi tersebut berdampak pada efektivitas pengalaman spiritual wisatawan. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi dimensi psikologis dan emosional dari wisata spiritual melalui pendekatan naratif dan fenomenologis.

.....
Keberagaman praktik spiritual di Ubud menciptakan lingkungan yang mendukung proses pemulihan diri wisatawan. Interaksi dengan alam, partisipasi dalam ritual spiritual, dan keterlibatan dalam komunitas yang mendukung memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis individu (Listiani, Ningdyah, and Rohaeni 2024). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana wisata spiritual di Ubud berperan dalam membantu wisatawan mengatasi stres dan mencapai keseimbangan emosional.

Sebagian besar kajian akademik tentang wisata spiritual di Bali cenderung fokus pada aspek budaya, ekonomi pariwisata, atau pergeseran nilai lokal akibat globalisasi (Sudiarta et al. 2022; Sutarya 2019). Hanya sedikit penelitian yang secara eksplisit mengkaji dampak psikologis wisata spiritual dari sudut pandang wisatawan itu sendiri, khususnya terkait proses pemulihan diri dari stres, trauma, atau ketidakseimbangan emosional. Secara khusus, penelitian ini ingin menjawab pertanyaan: sejauh mana wisata spiritual di Ubud berperan dalam proses pemulihan psikologis wisatawan? Apa saja elemen penting dalam pengalaman spiritual yang berkontribusi terhadap perasaan lega, seimbang, dan sembuh secara batin? Dengan memahami jawaban atas pertanyaan tersebut, penelitian ini tidak hanya akan memberikan kontribusi akademik, tetapi juga praktis, bagi pengembangan pariwisata yang lebih empatik dan humanistik.

Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini akan menganalisis pengalaman wisatawan yang telah mengikuti program wisata spiritual di Ubud, dengan fokus pada perubahan yang mereka alami dalam hal stres, kecemasan, dan kesejahteraan emosional. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai dampak positif wisata spiritual terhadap kesehatan mental, serta kontribusinya



dalam pengembangan pariwisata berkelanjutan yang berfokus pada kesejahteraan individu.

LANDASAN TEORI

Wisata spiritual merupakan bentuk perjalanan yang menggabungkan aktivitas pariwisata dengan pencarian makna, ketenangan batin, dan pemulihan diri. Dalam konteks global, bentuk pariwisata ini menjadi semakin populer seiring meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan holistik, yang mencakup dimensi fisik, mental, dan spiritual. Cohen (1979) menyebut fenomena ini sebagai *existential tourism*, yaitu bentuk perjalanan yang melibatkan pencarian eksistensial dan pengalaman pribadi yang mendalam (Erik 1979). Di Bali, wisata spiritual telah menjadi bagian dari identitas pariwisata, terutama di kawasan Ubud yang dikenal memiliki tradisi budaya dan religius yang kuat. Ubud menawarkan pengalaman yang autentik melalui aktivitas seperti meditasi, yoga, dan ritual-ritual lokal seperti melukat.

Ritual melukat merupakan upacara penyucian diri yang berasal dari ajaran Hindu Bali, yang menggunakan air suci sebagai media untuk membersihkan unsur-unsur negatif dalam tubuh dan pikiran. Praktik ini dipercaya membawa ketenangan dan membuka energi positif dalam diri individu (Wirawan 2023b). Dalam studi yang dilakukan oleh Suarja et al. (2023), ritual melukat terbukti memberikan pengalaman emosional dan spiritual yang mendalam bagi wisatawan, termasuk perasaan lega, damai, dan lebih terhubung dengan diri sendiri (Suarja et al. 2023). Widyastuti dan Suartana (2017) juga mencatat bahwa banyak wisatawan mengalami pergeseran batin setelah mengikuti melukat, dari kondisi mental yang tegang dan stres menuju keadaan yang lebih tenang dan seimbang secara psikologis (Widyastuti and suartana 2017).

Dari sudut pandang psikologi lingkungan, wisata spiritual memiliki potensi

terapeutik yang besar. Kaplan dan Kaplan (1989) melalui *Attention Restoration Theory* menjelaskan bahwa lingkungan alam yang tenang dapat memulihkan kelelahan kognitif dan stres (Kaplan and Kaplan 1989). Hal ini relevan dalam konteks Ubud, di mana wisata spiritual berlangsung dalam lingkungan yang masih alami, dikelilingi oleh hutan, sungai, dan sawah. Aktivitas seperti yoga dan meditasi yang dilakukan di ruang terbuka juga semakin memperkuat efek pemulihan psikologis tersebut. Dalam penelitian lain, Smith dan Kelly (2006) menyatakan bahwa wisata spiritual menciptakan pengalaman yang menggabungkan elemen kesehatan, spiritualitas, dan budaya, sehingga mendorong proses transformasi personal bagi wisatawan (M. Smith and Kelly 2026).

Dalam perspektif psikologi positif, spiritualitas merupakan salah satu faktor penting dalam membangun *subjective well-being*. Menurut Pargament (1997), keterlibatan dalam aktivitas spiritual dapat menjadi strategi efektif dalam menghadapi tekanan hidup dan memberikan individu rasa kendali dan makna hidup yang lebih besar (Pargament 1997). Milliman (2018) menunjukkan bahwa wisatawan yang mengikuti retreat spiritual melaporkan peningkatan kepuasan hidup, rasa syukur, dan keterhubungan yang lebih kuat terhadap diri sendiri maupun terhadap alam semesta (Milliman, Gatling, and Kim 2018). Dalam konteks Ubud, pengalaman tersebut diperkuat oleh keterlibatan wisatawan dalam praktik-praktik spiritual yang otentik, baik yang bersifat tradisional seperti melukat maupun modern seperti yoga dan meditasi.

Kajian-kajian sebelumnya tentang wisata spiritual di Bali umumnya lebih banyak membahas transformasi budaya, komodifikasi ritual, dan pengaruh pariwisata terhadap masyarakat lokal. Suarja (2023) dan Sutarya (2019) misalnya, menggarisbawahi bagaimana ritual-ritual tradisional Bali, seperti melukat, telah disesuaikan dengan kebutuhan pasar wisatawan (Suarja et al. 2023; Sutarya 2019).



Di sisi lain, membahas keterlibatan masyarakat lokal dalam menyediakan layanan spiritual, serta dinamika antara pelestarian nilai budaya dengan ekonomi pariwisata (Bagus et al. 2024). Namun, meskipun ada banyak kajian tentang aspek sosial dan budaya dari wisata spiritual, masih sangat terbatas penelitian yang secara khusus menelaah dampak psikologis yang dirasakan langsung oleh wisatawan dari pengalaman spiritual tersebut.

Celah inilah yang menjadi dasar penting dilakukannya penelitian ini. Minimnya kajian yang mendalami pengalaman subjektif wisatawan, terutama dalam konteks pemulihan diri dari stres dan ketidakseimbangan emosional, menjadikan penelitian ini relevan dan signifikan. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu menangkap nuansa batiniah yang dialami wisatawan selama mengikuti wisata spiritual di Ubud, serta menambah khazanah literatur dalam bidang pariwisata, psikologi, dan spiritualitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi fenomenologi, yang bertujuan untuk menggali dan memahami pengalaman subjektif wisatawan yang mengikuti wisata spiritual di Ubud dalam proses pemulihan diri mereka dari stres dan ketidakseimbangan emosional (J. D. Creswell and Creswell 2018; J. W. Creswell 2013). Pendekatan ini dipilih karena fokus utama penelitian bukan pada pengukuran kuantitatif atau statistik, melainkan pada pemaknaan mendalam terhadap pengalaman spiritual individu. Studi fenomenologi sangat sesuai untuk mengeksplorasi fenomena yang melibatkan aspek emosional, spiritual, dan transformasi psikologis, di mana makna dibentuk melalui pengalaman personal partisipan (J. D. Creswell and Creswell 2018).

Lokasi penelitian dipusatkan di Ubud, Bali, yang dikenal sebagai salah satu destinasi wisata spiritual terpopuler di Indonesia dan

bahkan dunia. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposive, mengingat Ubud memiliki karakteristik yang sesuai dengan konteks penelitian: terdapatnya berbagai praktik penyembuhan tradisional seperti melukat, retreat yoga dan meditasi, serta pusat-pusat pengobatan holistik yang banyak dikunjungi oleh wisatawan domestik dan mancanegara. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interviews*) terhadap wisatawan yang telah mengikuti wisata spiritual di Ubud, baik dalam bentuk ritual tradisional maupun program retreat (J. W. Creswell 2013). Selain itu, observasi partisipatif juga dilakukan untuk memahami suasana dan dinamika interaksi yang terjadi selama aktivitas spiritual berlangsung.

Jumlah informan dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik *snowball sampling*, dimulai dari beberapa wisatawan yang telah dikenal oleh peneliti atau melalui rekomendasi pengelola tempat spiritual, kemudian diperluas berdasarkan jaringan yang terbentuk selama penelitian berlangsung. Kriteria informan antara lain: wisatawan berusia di atas 18 tahun, pernah mengikuti minimal satu aktivitas wisata spiritual di Ubud, dan bersedia untuk berbagi pengalaman secara terbuka. Data tambahan juga dikumpulkan melalui dokumentasi berupa catatan lapangan, foto kegiatan, dan materi publikasi dari tempat retreat atau spiritual center yang relevan.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik dengan pendekatan interpretatif fenomenologis (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*). Proses ini meliputi tahap transkripsi wawancara, pengkodean data, identifikasi tema-tema utama, dan interpretasi makna yang muncul dari narasi pengalaman wisatawan (Callary, Rathwell, and Young 2015). Peneliti berupaya untuk tidak hanya menangkap “apa” yang dialami oleh partisipan, tetapi juga “bagaimana” mereka memaknai pengalaman tersebut dalam konteks pemulihan diri mereka.



Validitas data dijaga melalui teknik triangulasi, baik dari segi sumber, metode, maupun waktu, serta melalui proses member checking untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sejalan dengan persepsi informan.

Seluruh proses penelitian dilakukan dengan memperhatikan aspek etika penelitian, seperti memperoleh persetujuan partisipan secara sadar (*informed consent*), menjaga kerahasiaan identitas informan, serta menghargai batasan privasi yang mungkin diminta oleh partisipan, mengingat topik spiritual dan pemulihan diri bersifat sangat personal. Dengan metodologi ini, diharapkan penelitian dapat menghasilkan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana wisata spiritual di Ubud menjadi sarana efektif dalam proses pemulihan psikologis wisatawan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa wisata spiritual di Ubud memberikan dampak yang signifikan terhadap proses pemulihan diri wisatawan, khususnya dalam mengatasi stres, kegelisahan, dan tekanan emosional yang mereka alami sebelum kedatangan. Sebagian besar informan menyatakan bahwa mereka datang ke Ubud dalam kondisi kelelahan mental, perasaan hampa, atau sedang berada dalam masa transisi hidup seperti: kehilangan pekerjaan, putus hubungan, hingga burnout akibat tekanan pekerjaan. Dalam wawancara, para informan menggambarkan Ubud sebagai “tempat yang memanggil,” sebuah destinasi yang secara intuitif mereka pilih ketika mencari ketenangan dan arah baru dalam hidup.

Salah satu temuan utama adalah bahwa pengalaman spiritual yang mereka jalani bersifat transformatif secara emosional dan psikologis. Aktivitas seperti melukat dipersepsikan sebagai ritual pelepasan beban batin (Harianja, Antika, and Dewi 2024). Banyak informan menggambarkan bahwa saat air suci dituangkan ke kepala mereka dalam

ritual melukat, ada perasaan “dibersihkan dari dalam”, bukan hanya secara simbolis, tetapi juga emosional. Beberapa bahkan menangis selama prosesi tersebut, yang mereka anggap sebagai bentuk katarsis dan awal dari pemulihan diri. Informan juga menyebutkan bahwa pendampingan oleh pemandu spiritual lokal menambah kedalaman makna dari ritual tersebut, karena mereka tidak hanya mengikuti prosedur, tetapi juga diberikan pemahaman filosofis dan spiritualitas Hindu Bali yang sederhana namun menyentuh.

Selain melukat, partisipasi dalam program yoga dan meditasi yang diadakan di pusat-pusat spiritual seperti The Yoga Barn dan Fivelements Retreat juga menjadi pengalaman signifikan dalam proses pemulihan diri. Informan menyebutkan bahwa praktik hening, latihan pernapasan, dan dialog spiritual dengan peserta lain menciptakan ruang aman untuk merefleksikan pengalaman hidup mereka. Wawancara dengan salah satu wisatawan Graham (2025) menyebutkan bahwa dalam keheningan kelas meditasi, ia “mendengar dirinya sendiri untuk pertama kali setelah bertahun-tahun.” Ini menunjukkan bahwa wisata spiritual tidak hanya menjadi aktivitas rekreatif, tetapi juga menghadirkan momen introspektif yang mendalam.

Lingkungan alam Ubud juga memainkan peran penting dalam proses penyembuhan yang dialami oleh para wisatawan. Pemandangan sawah, suara air sungai, serta suasana pedesaan yang tenang memberikan efek terapeutik yang dirasakan secara langsung (Bell, Hickman, and Houghton 2023). Hal ini menguatkan teori *Attention Restoration Theory* (Kaplan & Kaplan, 1989) yang menyatakan bahwa paparan terhadap lingkungan alami dapat membantu memulihkan fokus dan kejernihan mental (Kaplan and Kaplan 1989). Salah satu peserta William (2025) menyebutkan bahwa berjalan di jalur persawahan Ubud setiap pagi selama seminggu adalah “pengobatan gratis terbaik yang pernah ia jalani.”

Lebih jauh, ditemukan bahwa pemulihan yang dialami wisatawan tidak bersifat sesaat. Banyak dari mereka tetap mempertahankan praktik-praktik spiritual yang mereka pelajari di Ubud setelah kembali ke negara asalnya, seperti meditasi, journaling, atau mengadopsi pola hidup lebih mindful. Bahkan beberapa mengaku mengalami perubahan gaya hidup secara menyeluruh setelah pengalaman di Ubud. Ini menunjukkan bahwa wisata spiritual tidak hanya berdampak jangka pendek sebagai pelarian dari stres, tetapi juga menjadi titik balik yang berpengaruh dalam kehidupan pribadi mereka.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa wisata spiritual di Ubud tidak hanya menjadi bentuk pelarian dari stres, melainkan juga berfungsi sebagai ruang transformasi batin yang nyata. Pengalaman wisatawan dalam mengikuti ritual melukat, meditasi, serta interaksi dengan alam dan komunitas spiritual lokal telah membentuk perjalanan pemulihan diri yang bersifat personal dan eksistensial. Temuan ini sejalan dengan konsep *existential tourism* yang dikemukakan Cohen (1979), yang menjelaskan bahwa beberapa wisatawan mencari pengalaman yang bukan hanya menyenangkan secara fisik, tetapi juga bermakna secara mendalam, sebuah pencarian akan keseimbangan, makna hidup, dan kedamaian batin.

Ritual melukat, sebagai salah satu praktik utama yang dijalani para wisatawan, ternyata menjadi titik balik emosional yang kuat. Salah satu informan, Maria (34), seorang digital nomad asal Brasil, menggambarkan pengalamannya dalam ritual tersebut:

“Ketika air itu menyentuh kepala saya, saya merasa seperti semua ketakutan dan tekanan yang saya simpan selama bertahun-tahun akhirnya dilepaskan. Saya tidak bisa menahan air mata. Rasanya

seperti saya akhirnya ‘dimengerti’ oleh semesta.”

Pernyataan ini mencerminkan fungsi katarsis dalam praktik spiritual, di mana emosi yang selama ini tertekan dapat dilepaskan secara aman dalam konteks ritual yang sakral. Hal ini sejalan dengan pandangan Pargament (1997) yang menyatakan bahwa praktik keagamaan atau spiritual dapat menjadi alat coping yang sangat efektif dalam menghadapi tekanan psikologis (Pargament 1997).



Gambar 1. Wisatawan melakukan yoga di daerah Ubud, Bali

Foto: Wirawan, 2025

Meditasi dan yoga juga menjadi sarana yang tidak kalah penting dalam pemulihan diri wisatawan. Praktik-praktik ini, yang dilakukan dalam suasana alam terbuka dengan bimbingan instruktur berpengalaman, menciptakan ruang refleksi dan keheningan yang tidak banyak ditemukan dalam kehidupan sehari-hari. Informan lain, James (42), seorang pengusaha asal Inggris, menyatakan:

“Saya menjalani retreat 10 hari di pinggir sungai di Ubud. Di hari kelima, saya menyadari bahwa saya selama ini terlalu keras pada diri sendiri. Melalui meditasi, saya mulai berdamai—bukan dengan dunia, tapi dengan isi kepala saya sendiri.”

Pengalaman ini menegaskan relevansi teori *Attention Restoration* dari Kaplan dan Kaplan (1989), yang menjelaskan bahwa keterpaparan pada alam dan aktivitas yang

memfasilitasi soft fascination (seperti suara air, udara sejuk, dan suasana damai) dapat memulihkan kapasitas perhatian dan mengurangi stres mental secara signifikan.

Selain elemen aktivitas, interaksi sosial dengan komunitas spiritual dan sesama peserta retreat juga menjadi faktor penting dalam proses penyembuhan. Sebagian besar informan merasakan keterhubungan yang mendalam, baik secara emosional maupun spiritual, saat mengikuti diskusi kelompok, sesi berbagi cerita, maupun praktik bersama. Temuan ini mendukung pernyataan Milliman et al. (2018) bahwa keterlibatan dalam aktivitas spiritual bersama orang lain meningkatkan rasa koneksi dan makna, serta memperkuat pemulihan batin (Milliman, Gatling, and Kim 2018). Seorang informan, Lestari (29), wisatawan domestik dari Jakarta, mengatakan:

“Saya datang sendiri ke Ubud, tapi saya pulang dengan hati yang lebih penuh. Mendengar cerita orang lain yang juga terluka dan sedang pulih, membuat saya merasa tidak sendirian.”

Narasi-narasi ini membuktikan bahwa wisata spiritual di Ubud memiliki kekuatan sosial dan spiritual yang saling melengkapi. Tidak hanya mengembalikan ketenangan secara individu, tetapi juga membentuk jaringan emosional yang memperkuat proses penyembuhan.

Lebih jauh, efek dari pengalaman spiritual ini tidak bersifat sementara. Banyak informan mengaku membawa pulang praktik-praktik yang mereka pelajari, seperti meditasi harian, journaling, atau mengubah pola hidup menjadi lebih sadar (*mindful*). Ini membuktikan bahwa wisata spiritual berpotensi menjadi pengalaman transformatif yang berkelanjutan, bukan sekadar bentuk relaksasi sementara. Sebagaimana disampaikan oleh salah satu informan:

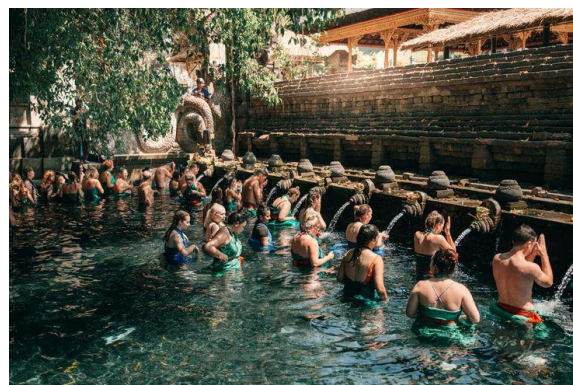
“Saya datang ke Ubud untuk ‘melarikan diri’ dari tekanan, tapi saya justru menemukan cara untuk hidup yang lebih sehat dan jujur pada diri sendiri.”

Pembahasan ini menunjukkan bahwa Ubud bukan hanya destinasi wisata, tetapi juga *space of healing* yang membentuk perjalanan spiritual dan psikologis wisatawan. Dengan konteks budaya Bali yang kuat, keterlibatan masyarakat lokal yang tulus, serta suasana alam yang mendukung, Ubud menjadi tempat di mana wisata spiritual benar-benar memberikan dampak nyata dalam proses pemulihan diri.

Gambar 2. Wisatawan melakukan kegiatan melukat di daerah Ubud, Bali

Foto: Wirawan, 2025

Analisis terhadap hasil temuan



menunjukkan adanya keterkaitan yang kuat antara pengalaman wisata spiritual yang dijalani wisatawan di Ubud dengan proses pemulihan diri dari stres, tekanan emosional, dan kelelahan mental. Pengalaman spiritual tersebut tidak hanya dipahami sebagai aktivitas rekreatif, tetapi menjadi bentuk perjalanan batin yang bermakna secara personal. Hal ini menunjukkan bahwa wisata spiritual berperan sebagai mekanisme coping yang bersifat adaptif, selaras dengan gagasan Pargament (1997) yang menempatkan spiritualitas sebagai salah satu strategi untuk mengatasi krisis hidup dan menemukan makna di tengah ketidakpastian (Pargament 1997).

Salah satu bentuk pemulihan yang paling menonjol adalah efek katarsis dari ritual melukat, yang ditandai oleh pelepasan emosi negatif secara spontan, seperti tangisan, perasaan lega, hingga munculnya refleksi atas pengalaman hidup yang traumatis. Proses ini



mencerminkan teori catharsis dari psikologi klasik, yang menjelaskan bahwa pelepasan emosi dapat menghasilkan efek terapeutik. Selain itu, ritual ini juga mendukung konsep liminality dalam teori Turner (1969), di mana wisatawan berada dalam ruang transisional antara kehidupan lama yang penuh tekanan dan kehidupan baru yang lebih tenang secara batin.

Dari perspektif psikologi lingkungan, kondisi geografis dan atmosfer Ubud mendukung terjadinya proses pemulihan melalui interaksi langsung dengan alam. Penerapan *Attention Restoration Theory* (Kaplan and Kaplan 1989) terlihat dalam narasi wisatawan yang merasa kejernihan pikirannya kembali setelah tinggal di Ubud. Elemen-elemen alami seperti suara air, hijaunya sawah, dan udara yang segar menciptakan kondisi yang kondusif untuk introspeksi, serta mengurangi beban kognitif yang diakibatkan oleh gaya hidup urban yang padat.

Dalam kerangka pariwisata, temuan ini memperkuat konsep transformational tourism, yaitu perjalanan yang tidak hanya memberikan kenikmatan sesaat, tetapi juga memfasilitasi perubahan pribadi yang mendalam. (Milliman, Gatling, and Kim 2018) menyebutkan bahwa wisata spiritual mampu mendorong perubahan pola pikir, nilai, dan bahkan gaya hidup wisatawan. Temuan ini didukung oleh informan yang mengaku membawa pulang praktik meditasi harian dan journaling ke negara asal mereka, sebagai bagian dari proses hidup yang lebih mindful dan seimbang. Ini menunjukkan bahwa efek wisata spiritual dapat berkelanjutan, melampaui masa tinggal wisatawan di Ubud.

Secara sosiologis, adanya koneksi antarpeserta dalam aktivitas spiritual, seperti sesi berbagi cerita dan meditasi kelompok, memberikan dukungan emosional yang penting dalam proses penyembuhan. Keterhubungan ini tidak hanya meningkatkan

rasa diterima dan dipahami, tetapi juga menumbuhkan solidaritas batin antarindividu yang sedang berada dalam fase pencarian dan pemulihan. Dengan demikian, pengalaman spiritual di Ubud tidak hanya bersifat individual, tetapi juga kolektif dan komunitarian.

Analisis ini menggarisbawahi bahwa wisata spiritual di Ubud dapat dipahami sebagai ruang yang mengintegrasikan aspek ritual, alam, komunitas, dan refleksi diri ke dalam satu pengalaman utuh yang mendukung proses healing. Tidak hanya memperkuat teori-teori terdahulu dalam psikologi dan pariwisata, penelitian ini juga memberikan kontribusi baru dengan menampilkan narasi-narasi personal dari wisatawan yang belum banyak diangkat secara mendalam dalam kajian akademik. Dengan demikian, penelitian ini mengisi celah dalam literatur terkait hubungan antara pariwisata spiritual dan pemulihan psikologis dalam konteks Bali, khususnya Ubud.

PENUTUP

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa wisata spiritual di Ubud memiliki peran yang signifikan dalam mendukung proses pemulihan diri wisatawan dari stres, tekanan emosional, dan kelelahan mental. Melalui pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, diperoleh pemahaman mendalam tentang bagaimana pengalaman spiritual, baik melalui ritual tradisional seperti melukat, praktik yoga dan meditasi, maupun interaksi dengan alam dan komunitas lokal, memberikan dampak psikologis yang nyata dan transformatif bagi para wisatawan. Ritual melukat terbukti menjadi momen katarsis yang kuat, di mana wisatawan dapat melepaskan emosi yang terpendam dan merasakan pembersihan secara emosional maupun spiritual.

Aktivitas yoga dan meditasi mendukung proses refleksi dan pembentukan



kesadaran diri yang lebih dalam, sementara lingkungan alam Ubud yang tenang memberikan kontribusi besar terhadap pemulihan kognitif dan afektif. Selain itu, koneksi sosial yang terbentuk selama aktivitas spiritual juga memperkuat rasa keterhubungan dan dukungan emosional, yang berperan dalam mempercepat proses penyembuhan batin.

Temuan ini memperkuat teori-teori sebelumnya mengenai peran spiritualitas dan lingkungan dalam mendukung kesehatan mental, seperti *Attention Restoration Theory* dan konsep *transformational tourism*. Namun, penelitian ini juga memberikan kontribusi baru melalui narasi-narasi personal yang menunjukkan bahwa pengalaman wisata spiritual dapat berlanjut menjadi perubahan gaya hidup, nilai, dan pola pikir wisatawan setelah mereka kembali ke kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan, Ubud terbukti bukan hanya sebagai destinasi wisata spiritual yang menawarkan ketenangan sementara, tetapi sebagai ruang transisi dan transformasi yang memberikan makna baru dalam hidup para wisatawan. Wisata spiritual di Ubud, dengan pendekatan yang holistik, menjadi sarana pemulihan diri yang mengintegrasikan aspek emosional, kognitif, sosial, dan spiritual secara menyeluruh.

Saran

Pertama, bagi pengelola destinasi dan penyedia layanan wisata spiritual, disarankan untuk mempertahankan nilai-nilai keaslian dan spiritualitas lokal dalam setiap program yang ditawarkan. Pengalaman wisatawan menunjukkan bahwa kedalaman makna dalam praktik seperti *melukat* atau *retret yoga* sangat bergantung pada integritas budaya serta kehadiran pendamping spiritual yang memahami konteks lokal secara utuh. Oleh karena itu, penting bagi pelaku industri untuk tidak semata-mata mengemas wisata spiritual sebagai komoditas, tetapi menjaga kualitas pengalaman spiritual yang mendalam dan otentik.

Kedua, kepada pemerintah daerah dan pemangku kebijakan, disarankan untuk memberikan dukungan regulatif dan fasilitasi terhadap pengembangan wisata spiritual yang berkelanjutan. Ini bisa dilakukan dengan mengembangkan program pelatihan bagi pemandu spiritual lokal, memberikan sertifikasi berbasis kompetensi spiritual dan budaya, serta mengawasi agar komersialisasi tidak mengurangi makna sakral dari praktik-praktik keagamaan. Pemerintah juga dapat memfasilitasi promosi wisata spiritual Ubud dalam kerangka *wellness tourism* yang lebih luas, dengan menonjolkan pendekatan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa.

Ketiga, bagi akademisi dan peneliti, studi ini membuka peluang penelitian lanjutan mengenai wisata spiritual dari berbagai perspektif lain, seperti psikologi klinis, antropologi budaya, maupun pendekatan kuantitatif yang dapat mengukur efektivitas pemulihan secara lebih objektif. Penelitian lanjutan juga dapat dilakukan dengan melibatkan masyarakat lokal sebagai subjek utama, untuk melihat sejauh mana interaksi dengan wisatawan berdampak terhadap identitas spiritual mereka sendiri dalam era pariwisata global.

Keempat, untuk wisatawan, disarankan agar menjalani wisata spiritual dengan kesadaran penuh dan niat yang tulus, bukan sekadar mengikuti tren. Dengan keterbukaan untuk mengalami dan merefleksikan, proses pemulihan akan lebih bermakna dan berkelanjutan. Menghargai budaya lokal, mengikuti panduan dengan respek, dan menjaga nilai-nilai spiritualitas selama perjalanan adalah langkah penting agar wisata spiritual menjadi pengalaman yang tidak hanya menyembuhkan diri sendiri, tetapi juga memperkuat koneksi dengan dunia di luar diri.

Secara umum, keberhasilan wisata spiritual sebagai sarana pemulihan diri sangat bergantung pada sinergi antara pelaku wisata, komunitas lokal, pemerintah, dan wisatawan itu sendiri. Dengan pendekatan yang inklusif



dan beretika, Ubud dapat terus menjadi ruang spiritual yang menyembuhkan, menginspirasi, dan memulihkan secara mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bagus, I Gusti, Angga Wiguna, Putu Eka Wirawan, And Francisca Titing Koerniawaty. 2024. "PENGEMBANGAN WISATA SPIRITUAL BERBASIS BUDAYA BALI DI SIWA LINGGAM TEMPLE UBUD." *Jurnal Manajemen Perhotelan Dan Pariwisata* 7(3): 101–17.
- [2] Bell, S. L., C. Hickman, And F. Houghton. 2023. "From Therapeutic Landscape To Therapeutic 'Sensescape' Experiences With Nature? A Scoping Review." *Wellbeing, Space And Society* 4(September 2022): 100126. Doi:10.1016/J.Wss.2022.100126.
- [3] Callary, Bettina, Scott Rathwell, And Bradley Young. 2015. "Insights On The Process Of Using Interpretive Phenomenological Analysis In A Sport Coaching Research Project." *The Qualitative Report* (February). Doi:10.46743/2160-3715/2015.2096.
- [4] Creswell, J. David, And John W Creswell. 2018. *Research Defign: Qualitative, Quantitative, And Mixed M Ethods Approaches Research Design Qualitative,Quantitative And Mixed Methods Approaches*. Washington D.C.: Sage.
- [5] Creswell, J. W. 2013. *Qualitative Inquiry And Research Design: Choosing Among Five Approaches*. San Francisco: SAGE Publications.
- [6] Erik, Cohen. 1979. "A Phenomenology Of Tourist Experiences." *Sociology* 13(12): 179–201.
- [7] Gede Sutarya, I. 2023. "Spiritual Tourism As Sustainable Tourism In Bali." *International Journal Of Tourism* 5(2): 187–98.
- [8] GWI. 2024. "Wellness Tourism Initiative 2024 Trends." <https://www.ijtc.usc.ac.ir>.
- [9] Harianja, Sahat Hamongan, Sindi Antika, And Oky Ozika Dewi. 2024. "Melukat Sebagai Ritual Penyucian Diri Dalam Budaya Bali: Tinjauan Literatur Tentang Potensi Terapeutik Dalam Kesehatan Mental." *Healthy: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan* 3(4): 171–76.
- [10] Indra, Radhiyya. 2022. "Healthy Escape: COMO Shambhala Estate Offers Personal Wellness Deep In Bali's Jungle." <https://www.thejakartapost.com/culture/2022/07/07/healthy-escape-como-shambhala-estate-offers-personal-wellness-deep-in-balis-jungle.html> (April 18, 2025).
- [11] Kaplan, Rachel, And Stephen Kaplan. 1989. *The Experience Of Nature: A Psychological*. New York: Cambridge University Press.
- [12] Listiani, Wanda, Anrilia E.M. Ningdyah, And Ai Juju Rohaeni. 2024. "Desire To Revisit: Memorable Experiences Drive Domestic Tourists To Return To Bali." *Jurnal Kajian Bali* 14(1): 147–68. Doi:10.24843/JKB.2024.V14.I01.P07.
- [13] Meikassandra, Prilicia, I Wayan Sukma Winarya Prabawa, And I Wayan Mertha. 2020. "Wellness Tourism In Ubud. 'A Qualitative Approach To Study The Aspects Of Wellness Tourism Development.'" *Journal Of Business On Hospitality And Tourism* 6(1): 79. Doi:10.22334/Jbhost.V6i1.191.
- [14] Milliman, John, Anthony Gatling, And (Sunny) Jungsun Kim. 2018. "The Effect Of Workplace Spirituality On Hospitality Employee Engagement, Intention To Stay, And Service Delivery." *Journal Of Hospitality And Tourism Management* 35: 56–65.



- [15] Norman, Alex. 2011. *Spiritual Tourism: Travel And Religious Practice In Western Society*. Sydney: Western Sydney University.
- [16] Nuruddin, Vany Octaviany, And Putu Eka Wirawan. 2022. *Pengantar Pariwisata*. Badung: Nillacakra.
- [17] Nuruddin, Putu Eka Wirawan, Pujias. Sri, And Ni Nyoman Sri Astuti. 2020. "Strategi Bertahan Hotel Di Bali Saat Pandemi Covid-19." *Journal Of Bali Studies* 10(2): 579–602.
- [18] Pargament, Kenneth I. 1997. *The Psychology Of Religion And Coping*. New York: The Guildford Press.
- [19] Pasaman, Kania Aisha, And Yolanda Gloria Huaturuk. 2025. "Indonesia Millenial And Gen Z Report." : 1–3. Doi:10.18356/D60ac2d9-En.
- [20] Pojwan, Martina A., And Stephen S. Ojo. 2020. "Challenges Of Work Stress And Psychological Well-Being Of Workers In National Development." *African Journal Of Social Sciences And Humanities Research* 3(2): 10–24.
- [21] Smith, M., And C Kelly. 2026. "Wellness Tourism." *Tourism Recreation Research* 31(1): 1–4.
- [22] Smith, Melanie K. 2015. "Issues In Cultural Tourism Studies: Third Edition." *Issues In Cultural Tourism Studies: Third Edition* (July): 1–288. Doi:10.4324/9781315767697.
- [23] Smith, Melanie Kay. 2023. "New Trends In Wellness Tourism: Restoration And Regeneration." *Routledge Handbook Of Trends And Issues In Global Tourism Supply And Demand* (July 2023): 480–96. Doi:10.4324/9781003260790-47.
- [24] Suarja, I Ketut, Made Sudiarta, Ni Luh Eka Armoni, I Gusti Putu Sutarma, And I Wayan Jendra. 2023. "Post-Spiritual Tourism: Self-Healing Through Meluakt Ritual In Bali." *International Journal Of Multicultural And Multireligious Understanding* 10(3): 47–55.
- Http://Ijmmu.Comhttp://Dx.Doi.Org/10.18415/Ijmmu.V10i3.4548.
- [25] Sudiarta, I Nyoman, Putu Eka Wirawan, I Nyoman Gede Astina, And I Gusti Ayu Melistyari Dewi. 2022. "Kualitas Layanan Dan Destinasi Wisata Terhadap Kepuasan Wisatawan Untuk Mengunjungi Kembali Desa Wisata." *Journal Of Management And Bussines (JOMB)* 4(1): 508–26. Doi:10.31539/Jomb.V4i1.3704.
- [26] SURATA, I KETUT, I MADE SUMARTANA, And I GUSTI BASGU UTAMA RAI. 2013. "The Impact Of Cultural Tourism On Local Traditions." *Cultural Tourism* 10(4): 26–38. Doi:10.1079/9781845939236.0026.
- [27] Surya Diarta, I Ketut. 2017. "Between Cultural Preservation And Tourism Industry: Dialectic Relations In Cultural Heritage Tourism Management In Tanah Lot And Borobudur Indonesia." *E-Journal Of Tourism* (August 2017): 100. Doi:10.24922/Eot.V4i2.36403.
- [28] Sutarya, I Gede. 2019. 2 Pariwisata Budaya: Jurnal Ilmiah Agama Dan Budaya *Pariwisata Spiritual Di Bali*. Denpasar: Yayasan Wikarman. Doi:10.25078/Pba.V2i1.833.
- [29] Sutarya, I Gede. 2022. "Rebranding Ubud As A Healing Holy Village." *Mimbar* 39(2).
- [30] Suwintari, I Gusti Ayu Eka, Anita Swantari, Putu Eka Wirawan, Putu Sabda Jayendra, And I Gede Ferry Restiawan. 2023. "Analisis Pengembangan Akomodasi Wisata Homestay Di Desa Kenderan, Kecamatan Tegalalang, Kabupaten Gianyar." *Jurnal Ilmiah Pariwisata* 28(1): 88. <https://jurnalpariwisata.stptrisakti.ac.id/index.php/JIP/Article/View/1644>.
- [31] Tripathi, Sangeeta, And Foued Ben Said. 2023. "Significant Trends In Asia's Wellness Tourism And Research



- Agenda: A Systematic Literature Review Analysis.” *Journal Of Tourismology* 9(2): 97–112. Doi:10.26650/Jot.2023.9.2.1328064.
- [32] Utami, I Gusti Ayu Canny, Freddy Hendrawan, And Ramanda Dimas Surya Dinata. 2024. *Sense Of Place And Indigenous Wisdom: Exploring Cultural And Environmental Sustainable Practices In Ubud Palace, Bali*. Atlantis Press SARL. Doi:10.2991/978-2-38476-238-5_2.
- [33] WHO. 2020. “Mental Disorders.”
- [34] Widyastuti, And Suartana. 2017. Paryatka: Jurnal ... *Pariwisata Spiritual: Daya Tarik Wisata Palasar*. Denpasar: Pustaka Larasan. Http://E-Journal.Iahn-Gdepudja.Ac.Id/Index.Php/Pyt/Article/View/1244%0Ahttp://E-Journal.Iahn-Gdepudja.Ac.Id/Index.Php/Pyt/Article/Download/1244/574.
- [35] Wirawan, Putu Eka. 2023a. *Pengembangan Wisata Spiritual Berbasis Kearifan Lokal*. PT Pusat Literasi Dunia.
- [36] Wirawan, Putu Eka. 2023b. *Pengembangan Wisata Spiritual Berbasis Kearifan Lokal*. <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=Jwbdeaaaqbaj&oi=fnd&pg=PR5&dq=%22naskah+Sunda%22%7C%22naskah+Kuno%22%7C%22amanat+Galunggung%22+%22pendidikan+Karakter%22%7C%22pilar+Pendidikan%22%7C%22unesco%22&ots=Qa-ErsqwrM&sig=Fvhatrdrstn0dbspwgliwzcvky>.
- [37] Wirawan, Putu Eka, I Wayan Ardika, Anom I Putu, And Sudiarta I Nyoman. 2022. “Potential Of Cultural Heritage And Local Wisdom As A Spiritual Tourist Attraction: Case Studi In Caro Tegallalang Village Gianyar Bali.” In , 2022. <https://inheic.com>.
- [38] Wirawan, Putu Eka, And P Devi Rosalina. 2024. “Enhancing Cultural Heritage Tourism Through A Spiritual Knowledge: The Implementation Of Tri Hita Karana In Taro Village Gianyar Bali.” *Journal Of Bali Studies* 14(1): 215–33.
- [39] WIRAWAN, Putu Eka, Ni Made Ayu Natih WIDHIARINI, I Nyoman SUDIARTA, Ni Wayan Mega Sari Apri YANI, And Nuruddin NURUDDIN. 2023. “The Portrait Of Wellness Tourism During The COVID-19 Pandemic In Indonesia. A Case Study Of Health Protocol Implementation At Green Kubu Café Bali.” *Journal Of Environmental Management And Tourism* 14(8): 3062. Doi:10.14505/Jemt.V14.8(72).07.
- [40] Yusuf, Mohamad, And I. Putu Gede Eka Praptika. 2023. “Development Of Bali Spirit Festival To Support Sustainable Spiritual Tourism.” *International Journal Of Religious Tourism And Pilgrimage* 11(6): 118–31.



.....

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN