



Kuliner sehat dan pengalaman berbasis kearifan lokal, Desa Malasari, Kabupaten Bogor

Healthy culinary and local wisdom-based experiences, Malasari Village, Bogor Regency

Lala Siti Sahara*, Jenal Abidin, Indra Setiawan, Ghoida Syahidah Syaepullah
Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia

Abstrak

Tujuan – Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi potensi kuliner yang dikemas dalam konsep wellness berbasis kearifan lokal sebagai daya tarik wisata serta merumuskan strategi pengembangan kuliner lokal di Desa Malasari, Kabupaten Bogor.

Desain/metodologi/pendekatan – Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Dengan teknik analisis data yang mengacu pada model Miles dan Huberman (2014) yang meliputi tiga tahap, yaitu: reduksi data, penyajian data, dan verifikasi. Informan yang dipilih secara purposive sampling mencakup warga pelaku pawon, anggota POKDARWIS, pengelola wisata, dan sekretaris desa. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi lapangan, wawancara mendalam, dokumentasi, dan Focus Group Discussion (FGD).

Temuan – Kuliner di Desa Malasari memiliki daya tarik yang tinggi dan berpotensi dikembangkan menjadi atraksi unggulan dalam kegiatan pawon experience. Namun, pengembangannya masih terkendala oleh bahan pangan, gangguan hama, dan hasil bumi yang tumbuh saat musim tertentu.

Keterbatasan penelitian – Penelitian menghadapi keterbatasan berupa jumlah informan yang terbatas dan ketergantungan pada panen musiman yang memengaruhi konsistensi pasokan bahan lokal, ancaman hama ladang, serta rendahnya kapasitas pemasaran digital masyarakat. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji model bisnis digital adaptif bagi desa wisata, serta mengembangkan sistem manajemen rantai pasok pangan lokal berbasis kalender musim panen.

Implikasi – Hasil penelitian ini mengimplikasikan perlunya pengembangan yang mencakup penyusunan paket wisata pawon, kegiatan live in, serta pelibatan aktif masyarakat lokal dalam pengelolaan wisata berbasis keberlanjutan. Secara kebijakan, temuan ini dapat menjadi dasar pengembangan desa wisata berbasis pangan lokal di wilayah perdesaan Jawa Barat yang memiliki tradisi pertanian kuat.

Kebaruan – Penelitian ini menawarkan perspektif baru dengan mengintegrasikan konsep wellness culinary tourism ke dalam konteks kearifan lokal masyarakat agraris perdesaan Indonesia. Kebaruan utama terletak pada konseptualisasi pawon experience sebagai produk wisata wellness berbasis tradisi, yang belum banyak dikaji dalam literatur pariwisata desa di Indonesia.

Kata Kunci: Kuliner Kesehatan, Kearifan Lokal, Pengalaman Pawon, Pariwisata Berkelanjutan, Desa Malasari

Abstract

Purpose – This research aims to identify culinary potential packaged in the concept of wellness based on local wisdom as a tourist attraction and formulate a strategy for developing local culinary in Malasari Village, Bogor Regency.

Design/methodology/approach – The research uses a qualitative descriptive approach. With data analysis techniques that refer to the Miles and Huberman (2014) model, which includes three stages, namely: data reduction, data presentation, and verification. The informants selected by purposive sampling included residents of the kitchen, members of POKDARWIS, tourism managers, and village secretaries.

Data collection was carried out through field observations, in-depth interviews, documentation, and Focus Group Discussions (FGD).

Findings – Culinary in Malasari Village has high appeal and has the potential to be developed into a leading attraction in pawon experience activities. However, its development is still constrained by foodstuffs, pest disturbances, and crops that grow during certain seasons.

Research limitations – The research faces limitations in the form of a limited number of informants and dependence on seasonal harvests that affect the consistency of local material supply, the threat of farm pests, and the low digital marketing capacity of the community. The next research is suggested to examine adaptive digital business models for tourism villages, as well as develop a local food supply chain management system based on the harvest season calendar.

Implications – The results of this study imply the need for development that includes the preparation of pawon-in tour packages, live in activities, and the active involvement of local communities in sustainability-based tourism management. In policy, this finding can be the basis for the development of local food-based tourism villages in rural areas of West Java that have strong agricultural traditions.

Originality – This research offers a new perspective by integrating the concept of wellness culinary tourism into the context of local wisdom of Indonesia's rural agrarian communities. The main novelty lies in the conceptualization of pawon experience as a tradition-based wellness tourism product, which has not been widely studied in the literature of village tourism in Indonesia.

Keywords: Wellness Culinary, Local Wisdom, Pawon Experience, Sustainable Tourism, Malasari Village

Histori Artikel:

Diterima: 22 April 2026, Direvisi: 6 Mei 2026, Disetujui: 8 Mei 2026, Dipublikasikan: 25 Mei 2026.

*Penulis Korespondensi:

lalasitisahara797@gmail.com

DOI:

<https://doi.org/10.60036/jbm.1135>

PENDAHULUAN

Pariwisata global kini berkembang tidak hanya sekadar melihat aspek kunjungan dan keindahan alam, tetapi beralih pada pengalaman yang mencakup budaya dan identitas lokal. Pasar wellness tourism global mencatat pertumbuhan yang signifikan: menurut Global Wellness Institute (GWI), (2023), nilai industri wellness tourism global mencapai USD 651 miliar pada 2022 dan diproyeksikan tumbuh rata-rata 12,1% per tahun hingga 2027. Di Indonesia, pertumbuhan wisatawan nusantara yang mengincar pengalaman berbasis kesehatan dan budaya turut meningkat pasca pandemi, sebagaimana tercermin dari naiknya kunjungan ke desa wisata berbasis alam dan kearifan lokal sebesar 23% antara 2021–2023 Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif (Kemenparekraf), (2023). Kini konsep wellness tourism telah muncul sebagai segmen pariwisata yang semakin diminati, di mana pengalaman yang didapatkan secara menyeluruh mencakup keterlibatan fisik dan psikologis dari wisatawan (Nisak 2022). Dalam konteks ini, pengalaman kuliner menjadi core element dalam cara wisatawan merasakan suatu destinasi secara autentik, tidak hanya sebagai kebutuhan biologis, tetapi juga sebagai penghubung emosional terhadap budaya dan identitas masyarakat lokal (Suwannarak, 2025).

Kuliner tradisional lokal memiliki peran ganda, antara lain sebagai simbol budaya yang mencerminkan nilai historis dan sosial suatu komunitas, serta sebagai komponen yang memberikan pengalaman personal dan emosional kepada wisatawan. Penelitian terdahulu tentang gastronomy tourism menunjukkan bahwa makanan dan minuman khas daerah tidak hanya menciptakan kenangan sensorik, tetapi juga meningkatkan intensitas keterikatan wisatawan terhadap suatu destinasi melalui persepsi autentisitas dan rasa ingin tahu terhadap budaya setempat.

Anton Martin (2025) menegaskan bahwa pengalaman kuliner lokal berpengaruh signifikan terhadap minat wisatawan untuk kembali berkunjung maupun merekomendasikan destinasi kepada orang lain (*word of mouth*). Temuan tersebut menunjukkan bahwa sensasi rasa, narasi budaya di balik makanan, serta kualitas bahan lokal menjadi faktor pendorong utama dalam menciptakan *culinary experience* yang memikat wisatawan.

Indonesia memiliki potensi besar untuk mengembangkan *gastronomy tourism* berbasis kearifan lokal. Namun, studi menunjukkan bahwa pengembangan pariwisata kuliner yang strategis masih memerlukan integrasi yang lebih kuat antara kebijakan nasional dan peran masyarakat lokal untuk menjaga kesinambungan tradisi kuliner guna meningkatkan kesejahteraan masyarakat desa Purwaningrum (2024).

Desa Malasari, yang terletak di kaki Gunung Halimun Salak, Kabupaten Bogor, merupakan salah satu desa wisata dengan potensi signifikan untuk pengembangan *wellness culinary experience*. Desa ini dikenal dengan keindahan alam yang masih asri, warisan budaya, serta praktik budaya lokal seperti kesenian tradisional dan kegiatan agrikultur yang telah berlangsung secara turun-temurun. Dalam konteks *wellness culinary tourism*, pengalaman kuliner desa mencakup nilai kesehatan kultural yang diturunkan oleh masyarakat, seperti penggunaan bahan pangan lokal yang segar karena berasal langsung dari alam, teknik pengolahan yang masih tradisional, penggunaan alat-alat tradisional, serta nilai sosial yang melekat.

Dari sisi celah penelitian, kajian yang ada tentang *wellness tourism* di Indonesia umumnya berfokus pada dimensi spa dan kesehatan medis (Dini & Pencarelli, 2021; Mueller & Kaufmann, 2001), sementara penelitian yang secara spesifik mengintegrasikan *wellness culinary experience* dengan kearifan lokal masyarakat agraris perdesaan masih sangat terbatas. Suardani et al., (2025) telah mengkaji strategi pengembangan kuliner lokal di Desa Les, Bali, namun belum menyentuh dimensi *pawon experience* sebagai produk *wellness tourism* berbasis tradisi. Begitu pula Nisak (2022) yang mengkaji *wellness tourism* berbasis kearifan lokal di Bilebante, NTB, tetapi tidak mengeksplorasi dimensi kuliner secara mendalam. Dengan demikian, penelitian ini berupaya mengisi celah tersebut dengan menganalisis potensi *wellness culinary* berbasis kearifan lokal di Desa Malasari secara komprehensif, yang mencakup praktik *farm-to-table*, teknik memasak tradisional, dan strategi pengembangan berbasis analisis SOAR.

KAJIAN TEORITIS

Konsep *Wellness Culinary*

Yang et al., (2024) menjelaskan bahwa *wellness culinary* merupakan integrasi antara pengalaman kuliner dan prinsip kesehatan atau *wellness*, di mana makanan tidak hanya sebagai konsumsi nutrisi semata, tetapi juga sebagai bagian dari pengalaman perjalanan yang mendukung kesejahteraan fisik, emosional, dan budaya wisatawan. Dalam konteks *wellness culinary tourism*, keterkaitan makanan dengan pengalaman rasa (*sensory experience*) secara signifikan dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif wisatawan, di mana pengalaman kuliner tidak hanya terkait aspek sensorik, tetapi juga berkontribusi terhadap emosi dan kepuasan wisatawan.

Menurut Smith & Puczko (2014), pariwisata *wellness* merupakan pariwisata yang memiliki hubungan erat dengan gaya hidup sehat. Dalam perspektif ini, *wellness culinary* bukan hanya sekadar makanan, tetapi juga merupakan perjalanan yang melibatkan dimensi kesehatan tubuh, pikiran, dan energi melalui pengalaman kuliner yang autentik. Kuliner ditempatkan pada skala interaksi medium antara wisatawan dengan kekayaan budaya lokal, sejalan dengan pendekatan *wellness culinary* yang berorientasi pada pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan jasmani serta rohani.

Konsep Culinary Tourism

Dalam kajian gastronomi pariwisata, pengalaman kuliner (*culinary tourism experience*) dipahami sebagai salah satu elemen penting dalam membentuk motivasi wisata, kepuasan, dan intensi perilaku wisatawan (Graham, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa *destination perceived value* dari makanan khas suatu daerah berpengaruh terhadap niat wisatawan untuk kembali atau merekomendasikan destinasi kepada orang lain. Konsep wisata kuliner menggambarkan kegiatan makan dan minum yang unik yang dilakukan wisatawan di tempat wisata. Wisata kuliner berbeda dari wisata lainnya karena menempatkan produk makanan ataupun minuman sebagai daya tarik utama yang dipasarkan, sekaligus menjadi ajang untuk menaikkan pamor makanan dan minuman lokal yang belum banyak dikenal, sehingga secara tidak langsung memperkenalkan aneka kuliner Indonesia kepada masyarakat luas.

Konsep Kearifan Lokal

Menurut Sibarani (2012), kearifan lokal budaya adalah hasil dari adaptasi masyarakat terhadap lingkungan fisik dan sosial mereka, yang diwujudkan dalam bentuk nilai, norma, kepercayaan, praktik, dan tradisi yang diwariskan secara turun-temurun. Sementara itu, (Keraf, 2010) menyoroti fungsi kearifan lokal, yaitu mengajarkan bagaimana manusia menempatkan dirinya dalam hubungan yang harmonis dengan alam dan sesamanya, yang meliputi: pelestarian nilai sosial, penyesuaian terhadap lingkungan, dan pendidikan moral.

World Tourism Organization (UNWTO), (2012) menekankan bahwa kearifan lokal yang diwujudkan melalui warisan budaya tak benda (*intangible heritage*) menjadi daya tarik pariwisata dunia. Sejalan dengan hal itu, Sibarani (2012) dalam konteks wisata budaya memandang kearifan lokal sebagai aset penting karena merepresentasikan keunikan, keaslian, dan identitas suatu daerah. Kegiatan wisata berbasis budaya biasanya berakar pada tradisi lokal, pengetahuan tradisional, dan sistem nilai sosial

Konsep Wellness Tourism

Menurut Mueller & Kaufmann (2001), *wellness tourism* didefinisikan sebagai konsep yang berkembang dari perpaduan antara dimensi kesehatan, perjalanan, dan pengalaman hidup yang bermakna, suatu fenomena yang dihasilkan dari perjalanan wisatawan yang memiliki tujuan utama untuk meningkatkan kesehatan mereka. Global Wellness Institute (GWI) (2023) mendefinisikan *wellness tourism* sebagai perjalanan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan pribadi (*personal well-being*), dengan kemampuan untuk mengubah perjalanan menjadi kesempatan menjaga kesehatan.

Dini & Pencarelli (2021) menegaskan bahwa konsep *wellness tourism* tidak terbatas pada pariwisata berbasis medis atau kegiatan spa, melainkan menuju visi holistik yang mencakup budaya, alam, spiritualitas, dan kuliner. Konsep yang holistik ini menjadikannya relevan bagi beragam destinasi wisata, termasuk desa wisata berbasis kearifan lokal.

Wellness Culinary Experience Berbasis Kearifan Lokal

Pengalaman kuliner berbasis *wellness* dan *local wisdom* tidak hanya menekankan sensori rasa, tetapi juga aspek kesehatan, kesejahteraan, dan koneksi dengan budaya lokal. Pendekatan ini memperluas konsep gastronomi dengan menekankan keterlibatan fisik, emosional, dan sosio-kultural wisatawan secara simultan. Wisata kuliner yang dirancang dengan perspektif *wellness* berarti menjadikan makanan sebagai medium pemulihan kesejahteraan, edukasi budaya, serta interaksi sosial yang bermakna.

Model pengalaman kuliner yang menyertakan elemen pendidikan budaya, praktik makanan sehat, serta dialog dengan masyarakat lokal dapat meningkatkan nilai pengalaman bagi wisatawan, sekaligus memperkuat posisi kuliner tradisional sebagai bagian dari strategi

pengembangan destinasi wisata. Penelitian di berbagai lokasi di Indonesia menunjukkan pentingnya integrasi nilai tradisi kuliner dengan pendekatan wellness untuk mendukung keberlanjutan pariwisata di Desa Suardani et al. (2025). Selain itu, integrasi nilai wellness pada pengalaman kuliner lokal berpotensi mendukung kesehatan fisik wisatawan melalui bahan makanan tradisional alami, proses memasak yang sehat, serta keterlibatan dalam kegiatan budaya yang bersifat autentik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yaitu metode yang bertujuan memahami fenomena sosial dari perspektif partisipan atau subjek penelitian Sugiyono (2017). Fokus utama metode ini terletak pada makna, proses pemahaman mendalam, dan pengalaman subjektif, bukan pada pengukuran data kuantitatif. Peneliti berfungsi sebagai instrumen kunci yang melakukan penggalan data secara langsung di lapangan (Denzin, 2009).

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada model Miles & Huberman (2014), yang terdiri atas tiga tahap iteratif dan berkesinambungan: (1) *reduksi data* (data reduction), yaitu proses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, dan transformasi data mentah dari catatan lapangan; (2) *penyajian data* (data display), yaitu penyusunan sekumpulan informasi yang terorganisir dalam bentuk narasi deskriptif, matriks, dan tabel agar memudahkan penarikan kesimpulan; serta (3) *penarikan kesimpulan dan verifikasi* (conclusion drawing/verification), yaitu pemaknaan data yang telah disajikan dengan mengacu pada pola, tema, dan konfirmasi dari sumber data ganda (triangulasi).

Teknik Penentuan Informan

Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria relevansi keterlibatan langsung dalam kegiatan kuliner, pengelolaan wisata, dan tata kelola desa. Empat informan kunci dipilih, meliputi: (1) Ibu Anisa, warga yang aktif menjalankan kegiatan pawon; (2) Pak Ames, anggota POKDARWIS; (3) Pak Yusuf, pengelola wisata desa; dan (4) Ibu Suryati, sekretaris desa. Meskipun jumlah informan terbatas, saturasi data dievaluasi melalui triangulasi dengan data observasi, dokumentasi, dan FGD. Penelitian selanjutnya disarankan memperluas jumlah informan untuk memperkuat transferabilitas temuan.

Waktu dan Pelaksanaan

Penelitian dilaksanakan selama dua bulan (Maret–April 2025) dengan frekuensi kunjungan lapangan sebanyak tiga kali. Observasi lapangan dilakukan selama masing-masing kunjungan dengan durasi rata-rata enam jam per sesi. FGD dilaksanakan pada kunjungan terakhir dengan melibatkan enam peserta (termasuk keempat informan kunci ditambah dua anggota BUMDes), difasilitasi oleh peneliti utama, berdurasi sekitar 90 menit, dan direkam dengan persetujuan peserta.

Pengumpulan data meliputi: (1) *observasi lapangan* untuk mengamati praktik pembuatan makanan dari hasil pangan lokal, penggunaan alat tradisional, dan pola kehidupan agraris; (2) *wawancara mendalam* dengan keempat informan kunci; (3) *dokumentasi* berupa foto, dokumen perencanaan desa, dan laporan kegiatan; serta (4) *Focus Group Discussion* (FGD) bersama pemangku kepentingan desa untuk memvalidasi temuan lapangan dan merumuskan strategi pengembangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Desa Malasari



Gambar 1. Pintu Masuk Desa Malasari
Sumber: Dokumentasi Penulis

Desa Malasari merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Nanggung, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Desa Malasari berada di ketinggian sekitar 600-1800 Mdpl dan sebanyak 80% Desa Malasari terletak ke dalam kawasan Taman Nasional Gunung Halimun Salak yang di kelola oleh TNGHS sebagai Kawasan konservasi atau kawasan hutan lindung. Mayoritas sistem mata pencaharian utama penduduk Desa Malasari adalah bertani dan berkebun. Selain itu, pariwisata menjadi penghasilan sampingan.

Desa Malasari masih memiliki kekayaan budaya yang masih terjaga di tengah masyarakat, menjadikan Desa Malasari sebagai tempat yang potensial untuk menghadirkan pengalaman wisata berbasis tradisi lokal. Tradisi seperti serentaun atau bisa disebut upacara adat panen raya masyarakat sunda sebagai bentuk rasa syukur kepada tuhan atas hasil panen yang di dapat, dan kesenian seperti pencak silat, tarian jaipong dan tradisi tutunggulan yang merupakan kesenian tradisional buhun sunda menggunakan lesung dan alu sebagai perangkat utama untuk melakukan kesenian tradisional, serta terdapat kegiatan pawon *experience* yang menerapkan makna sosial budaya seperti gotong royong, nilai kebersamaan, dan pelestarian tradisi dan proses mulai dari memanen di ladang hingga memasak dan makan sajian yang di buat.

Hasil

Proses Dari Ladang ke Meja (Farm to Table)



Gambar 2. Warga Desa Membajak Sawah
Sumber: Dokumentasi Penulis

Kegiatan *pawon experience* di Desa Wisata Malasari melibatkan wisatawan secara menyeluruh, mulai dari memanen hasil ladang, memasak bersama pemilik homestay yang masih menggunakan tungku (hawu), hingga makan bersama dengan hidangan yang telah dimasak. Hasil panen di Desa Malasari mayoritas berupa sayur-sayuran seperti cabai, buncis, timun, dan terong. Untuk hasil panen seperti madu hutan, singkong, talas, dan ubi diperlukan waktu sekitar enam bulan untuk sekali panen. Hama seperti babi hutan dan tupai kerap merusak hasil panen

umbi-umbian. Adapun hasil aren memerlukan pengelolaan khusus dengan waktu proses sekitar 5–6 jam. Warga desa masih melakukan kegiatan berkebun/berladang secara tradisional tanpa bantuan mesin, umumnya dilakukan pada pagi dan siang hari.

Teknik Memasak Tradisional



Gambar 3. Alat Masak Tradisional (boboko, seeng, ebok, kalok, dulang, hihid, dan nyiru)
Sumber: Dokumentasi Penulis

Teknik memasak di Desa Malasari masih banyak menggunakan alat-alat tradisional seperti hawu (tungku tradisional), ebok, kalok, boboko, dan seeng. Ada pula alat tradisional yang digunakan untuk memanen hingga pembuatan aren, yaitu golong, peningur, kuali, dan lodong. Alat-alat tersebut biasa digunakan untuk kegiatan *pawon experience* maupun kegiatan sehari-hari. Teknik memasak yang diterapkan meliputi merebus, menumis, mengukus, dan menggoreng. Hawu digunakan ketika memasak dengan porsi besar seperti merebus air, menanak nasi, dan memasak sehari-hari; sedangkan kompor gas hanya digunakan untuk memasak dalam jumlah kecil dengan teknik yang tidak memerlukan api besar, seperti menumis sayuran. Desa Malasari tidak memiliki satu makanan khas yang otentik, melainkan beragam makanan yang berbahan dasar hasil bumi, termasuk berbagai jenis sayuran dan hasil panen lainnya.



Gambar 4. Makanan Tradisional Misro dan Enye (Opak Singkong)
Sumber: Dokumentasi Penulis

Makanan lokal yang sering dibuat di Desa Malasari antara lain ikan asin, lalapan (pohpohan dan selada), tahu dan tempe, daun singkong (ditumbuk dan disayur), jantung pisang, serta aneka beras seperti beras merah, beras ketan, dan beras biasa. Ada pula olahan singkong, antara lain misro, combro, mihro, dan gemblong. Makanan lokal berperan penting dalam menjaga tradisi karena proses pemanenan, pemasakan, hingga penyajian hidangan masih dilakukan secara tradisional.

Sajian dan Pengalaman Kuliner



Gambar 5. Sajian Makanan (Nasi Putih, Sambal Asam, Selada Air, Tutut Sayur)
Sumber: Dokumentasi Penulis

Makanan lokal yang disajikan biasanya menggunakan piring biasa; namun, dalam konsep wellness, proses penyajian akan menggunakan alas daun pisang. Dalam kegiatan *pawon experience*, suasana makan berlangsung di dalam rumah pemilik homestay sambil mengobrol bersama. Untuk konsep wellness, pengalaman yang diberikan yaitu makan di pinggir sawah di dalam saung dengan pemandangan sawah yang hijau dan luas. Sajian makanan merupakan makanan sehat yang dibuat dengan teknik memasak dikukus dan direbus.

Pembahasan

Bagian ini menafsirkan temuan lapangan dalam kaitannya dengan teori-teori yang telah dikaji sebelumnya serta membandingkannya dengan hasil studi terdahulu.

Keterkaitan Dengan Konsep Wellness

Desa Wisata Malasari menyuguhkan kuliner berbahan pangan lokal yang berasal dari hasil panen sendiri secara tradisional tanpa penggunaan mesin atau rekayasa industri. Kuliner Desa Malasari memenuhi kriteria konsep wellness sebagaimana dijelaskan oleh Koncul, (2012); Yang et al., (2024), karena menggunakan bahan lokal tanpa bahan pengawet dan dikonsumsi dalam kondisi segar pascapanen. Kegiatan *pawon experience* di Desa Malasari menyajikan kuliner Sunda yang kaya rempah, sebagai manifestasi sistem pengetahuan gizi leluhur yang kini semakin mendapat konfirmasi dari ilmu pangan modern.

Kegiatan *pawon* tradisional di Desa Malasari menciptakan suasana yang mendukung meditasi aktif: hawu (tungku api) mengeluarkan aroma kayu terbakar, suara letupan api, serta irama lambat proses memasak yang secara psikologis menyerupai kondisi meditasi aktif. Hal ini sejalan dengan konsep Koncul (2012) tentang relaksasi atau meditasi sebagai komponen wellness yang esensial. Dalam program *pawon experience* di Desa Malasari, kegiatan berlangsung secara komunal dan gotong royong, nilai inti dalam kebudayaan Sunda, sehingga wisatawan tidak hanya menjadi penonton, tetapi juga ikut terlibat langsung bersama pemilik homestay mulai dari memanen hasil ladang, mempersiapkan bahan, memasak, hingga makan bersama.



Gambar 6. Proses Pembuatan Makanan Tradisional Misro
Sumber: Dokumentasi Penulis

Peran Kearifan Lokal

Menurut Rahmawati (2021), kuliner berbasis kearifan lokal dapat berfungsi sebagai transformasi nilai budaya dan memperkuat rasa kebersamaan dalam komunitas. Kearifan lokal Desa Malasari tampak jelas pada kegiatan *pawon experience* melalui praktik kuliner tradisional yang mencerminkan kesederhanaan, penggunaan bahan pangan lokal, serta harmoni dengan alam. Kegiatan *pawon* memperkuat identitas budaya masyarakat desa sekaligus menjadi daya tarik wisata yang berkelanjutan karena memberdayakan warga lokal sebagai pelaku utama.

Integrasi kuliner lokal dalam konsep *wellness tourism* di Desa Malasari tidak hanya memperkuat cita rasa, tetapi juga menawarkan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan lingkungan. Hal ini selaras dengan yang dikemukakan Suryana (2022): praktik kuliner yang berfokus pada kesegaran bahan alami dan proses tradisional dapat meningkatkan kualitas pengalaman wisata yang sehat. Kearifan lokal dengan demikian bukan hanya sebuah konsep budaya, melainkan juga memiliki kontribusi nyata terhadap tren global pariwisata berbasis kesehatan yang berkelanjutan.



Gambar 7. Penggunaan Alat Masak Tradisional Hawu (Tungku Api)
Sumber: Dokumentasi Penulis

Strategi Pengembangan

Strategi pengembangan produk wisata kuliner *wellness* berbasis kearifan lokal di Desa Malasari memerlukan pendekatan yang inovatif namun tetap berakar pada tradisi yang ada. Strategi ini dilaksanakan melalui tiga tahapan penting: pertama, inventarisasi dan dokumentasi resep masakan tradisional serta bahan pangan lokal yang digunakan; kedua, pembaruan resep/produk dengan tetap mempertahankan nilai gizi dan ciri khas yang sudah ada; ketiga, pengembangan paket berbasis pengalaman yang memungkinkan wisatawan berpartisipasi aktif dalam proses memanen bahan, memasak, dan mengonsumsi hidangan.

Analisis pengembangan menggunakan kerangka SOAR (*Strengths, Opportunities, Aspirations, Results*) yang mengedepankan struktur konstruktif dan berfokus pada nilai positif organisasi, berbeda dengan SWOT yang lebih menekankan kelemahan dan ancaman. Menurut Cooperrider & Whitney (2005), pendekatan SOAR mampu mengoordinasi sumber daya lokal secara lebih efektif.

Tabel 1. Analisis SOAR Pengembangan Wellness Culinary

Komponen SOAR	Deskripsi	Indikator	Implikasi Strategis
Strengths (Kekuatan)	Kekayaan bahan pangan lokal yang beragam: sayuran (buncis, cabai, timun, terong) dan bahan musiman berkualitas tinggi seperti madu hutan (5 bulan sekali) dan kecombrang (3 bulan sekali). Bahan unggulan seperti aren dan beras organik diproses menggunakan alat tradisional.	Bahan pangan harian: timun, terong, buncis, cabai. Bahan musiman: madu hutan, kecombrang. Produk unggulan: aren dan beras organik tradisional. Olahan khas: misro, combro, mihro, gemblong, cucur, enye.	Bahan pangan lokal menjadi identitas utama paket wisata kuliner wellness. Kembangkan kalender produk musiman sebagai dasar perancangan paket wisata berbasis musim panen. Dokumentasi dan standardisasi resep lokal sebagai aset budaya yang dipasarkan.
Opportunities (Peluang)	Tren global wellness tourism meningkat pesat pascapandemi. Desa Malasari belum memanfaatkan media promosi digital secara optimal. Kebijakan desa mendukung pengembangan wisata.	Tren global wellness tourism pascapandemi. Kurangnya pemanfaatan konten digital dan media promosi. Potensi peningkatan kunjungan wisatawan melalui pemasaran digital. Letak geografis yang unik.	Susun strategi pemasaran digital terstruktur dan kalender event. Ciptakan konten visual berkualitas tinggi yang menggambarkan pawon experience. Dorong penetapan Peraturan Desa tentang tata kelola wisata kuliner berbasis kearifan lokal.
Aspirations (Aspirasi)	Desa Malasari bercita-cita menjadi destinasi wellness culinary unggulan di Jawa Barat dan Indonesia, dengan ekosistem kuliner mandiri yang berakar pada pemberdayaan komunitas dan pelestarian pangan lokal.	Target: destinasi wellness culinary unggulan. Ekosistem kuliner mandiri: budidaya, produksi, dan pengalaman wisata. Pengelolaan berbasis community-based tourism. Komitmen pelestarian pangan lokal.	Rancang roadmap jangka panjang pengembangan ekosistem wellness culinary. Perkuat kapasitas kelembagaan desa melalui pembentukan/penguatan BUMDes, POKDARWIS, dan unit pengelolaan kuliner.

Komponen SOAR	Deskripsi	Indikator	Implikasi Strategis
Results (Hasil yang Diharapkan)	Secara sosial, pengembangan wellness culinary dapat menyerap tenaga kerja lokal, terutama pemuda desa, melalui pelatihan kuliner, pemandu wisata, dan pengelolaan homestay. Secara budaya, resep tradisional dapat memperkuat posisi kuliner lokal sebagai warisan budaya yang hidup.	Penyerapan tenaga kerja lokal (pemuda desa). Program pelatihan kuliner, pemandu wisata, dan pengelolaan homestay. Peningkatan nilai budaya dari resep masakan tradisional. Potensi pengakuan kuliner lokal oleh lembaga kebudayaan nasional.	Kembangkan program pelatihan terpadu bagi pemuda desa (keterampilan memasak tradisional, hospitality, literasi digital). Kumpulkan resep masakan tradisional dalam buku resep atau platform digital. Ukur dampak sosial-ekonomi secara berkala dan laporkan kepada pemangku kebijakan.

Implikasi Praktis

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang berbeda bagi tiga kelompok pemangku kepentingan utama:

a. BUMDes dan POKDARWIS

BUMDes dan POKDARWIS perlu segera menyusun paket wisata pawon experience berbasis musim panen dengan indikator capaian minimal dua paket tematik per tahun (misalnya paket madu hutan dan paket kecombrang). Selain itu, diperlukan pelatihan literasi digital pemasaran bagi minimal 10 kader desa dalam 12 bulan pertama, dengan target peningkatan kunjungan wisatawan sebesar 20% per tahun. Dokumentasi resep tradisional dalam format buku resep lokal atau platform digital merupakan langkah prioritas untuk menjaga keberlanjutan produk wisata.

b. Pemerintah desa

Pemerintah desa perlu menetapkan Peraturan Desa yang secara spesifik mengatur tata kelola wisata kuliner berbasis kearifan lokal, termasuk mekanisme pembagian manfaat ekonomi bagi warga pelaku pawon. Program pembangunan infrastruktur perlindungan ladang (pagar pembatas permanen berbahan besi/kayu kuat) guna meminimalkan kerugian akibat hama harus diprioritaskan dalam anggaran desa. Indikator keberhasilan meliputi terbitnya regulasi desa dalam satu tahun pertama dan penurunan kerugian panen akibat hama minimal 30% dalam dua tahun.

c. Akademisi dan penelitian

Bagi akademisi, penelitian lanjutan perlu menggunakan desain penelitian dengan jumlah informan yang lebih besar dan teknik snowball sampling untuk memperkuat saturasi data. Kajian kuantitatif tentang pengaruh wellness culinary experience terhadap kepuasan dan niat berkunjung kembali wisatawan (revisit intention) diperlukan untuk melengkapi temuan kualitatif penelitian ini. Selain itu, pengembangan model manajemen rantai pasok pangan lokal berbasis kalender panen dapat menjadi agenda penelitian yang relevan.

Pawon Wellness Tourism

Menurut Rahmawati, 2021; Suryana (2022), keterlibatan wisatawan dalam aktivitas kuliner tradisional memperkuat dimensi mindfulness, yaitu kesadaran penuh terhadap proses dan nilai budaya yang terkandung di dalamnya. Peran pawon dalam wellness culinary tourism terletak pada kemampuannya untuk menghadirkan pengalaman multisensorik yang menyehatkan bagi wisatawan. Dengan demikian, pawon menjadi sarana edukasi sekaligus jembatan pendekatan wisatawan dengan kearifan lokal. Pawon Wellness Tourism juga berkontribusi pada keberlanjutan pariwisata desa dengan memanfaatkan bahan pangan lokal dari sawah, ladang, dan kebun sekitar, mendukung ekonomi masyarakat sekaligus menjaga keseimbangan ekosistem alam.

Dalam konteks wellness tourism, pawon dapat menjadi ruang kuliner tradisional yang memperlihatkan bagaimana praktik dari ladang hingga dapur yang sederhana dapat menjadi daya tarik wisata bernilai tinggi. Dengan demikian, pawon bukan sekadar dapur Sunda tradisional, melainkan simbol kearifan lokal yang memperkuat identitas Desa Malasari. Kehadirannya dalam paket wisata kuliner berbasis wellness memberikan pengalaman holistik: bahan pangan alami untuk kesehatan fisik, ketenangan pikiran melalui suasana tradisional, dan jiwa yang terhubung dengan nilai budaya lokal (Suryana, 2022).



Gambar 8. Proses Pembuatan Makanan (Sambal Asam Cuka Aren)
Sumber: Dokumentasi Penulis

Hambatan dan Solusi Dalam Pengembangan Wellness Culinary Food Berbasis Kearifan Lokal

Pengembangan wellness culinary food berbasis kearifan lokal di Desa Malasari menghadapi sejumlah hambatan struktural. Hambatan utama adalah keterbatasan hasil panen musiman: madu hutan hanya tumbuh setiap lima bulan sekali, kecombrang tiga bulan sekali, dan berbagai hasil panen lainnya memiliki siklus serupa. Hambatan kedua berkaitan dengan lemahnya infrastruktur perlindungan ladang singkong, ubi, dan talas dari hama babi hutan. Hambatan ketiga adalah rendahnya kapasitas pemasaran digital yang menjadi kendala dalam menarik wisatawan yang menginginkan pengalaman *wellness culinary* yang autentik.

Dalam menghadapi berbagai hambatan tersebut, diperlukan pendekatan solusi yang sinergis dan melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Pertama, perlu dilaksanakan program pemberdayaan dan pelatihan manajemen kuliner wellness serta literasi digital untuk pemasaran/promosi paket wisata. Kedua, untuk mengatasi hambatan pasokan musiman, perlu dirancang produk wisata tematik berbasis musim panen, misalnya paket madu hutan yang dijual setiap lima bulan sekali, sehingga keterbatasan bahan justru menjadi keunikan branding produk wisata. Ketiga, untuk hambatan hama, perlu dibangun pembatas ladang yang kokoh dari bahan besi atau kayu kuat guna meminimalkan kerusakan hasil panen.

SIMPULAN

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa Desa Malasari, Kabupaten Bogor, memiliki potensi yang signifikan sebagai destinasi wellness culinary food berbasis kearifan lokal. Potensi tersebut bersumber dari kekayaan sumber daya pangan lokal, sayuran hasil ladang, umbi-umbian, madu

hutan, dan rempah-rempah alami yang dibudidayakan secara tradisional, yang secara holistik memenuhi kriteria wellness culinary: bahan segar bebas pengawet, teknik memasak yang mempertahankan nilai gizi (kukus dan rebus), serta dimensi psikologis dan sosio-kultural dari pengalaman pawon yang memperkuat kesejahteraan emosional wisatawan. Temuan ini berkontribusi pada celah penelitian yang ada dengan mengonseptualisasikan pawon experience sebagai produk wellness tourism berbasis tradisi dalam konteks perdesaan agraris Indonesia, sesuatu yang belum banyak dikaji dalam literatur terdahulu.

Sejumlah keterbatasan penelitian perlu diakui: jumlah informan yang terbatas (empat orang), cakupan wilayah yang hanya mencakup satu desa, serta kemungkinan bias respons dalam FGD. Hambatan utama pengembangan meliputi keterbatasan pasokan bahan pangan musiman, ancaman hama ladang, dan rendahnya kapasitas pemasaran digital masyarakat.

Berdasarkan temuan dan keterbatasan tersebut, tiga rekomendasi utama diajukan: (1) BUMDes dan POKDARWIS perlu mengembangkan paket wisata tematik berbasis kalender panen disertai strategi pemasaran digital terstruktur; (2) pemerintah desa perlu menetapkan regulasi tata kelola wisata kuliner dan memprioritaskan infrastruktur perlindungan ladang; (3) penelitian lanjutan perlu menggunakan desain campuran (mixed methods) dengan jumlah informan yang lebih representatif untuk menguji dampak wellness culinary experience terhadap kepuasan dan niat berkunjung kembali wisatawan. Desa Malasari berpotensi menjadi model percontohan pengembangan desa wisata berbasis wellness di Indonesia dengan mengedepankan keaslian budaya, keberlanjutan ekosistem, dan pemberdayaan masyarakat sebagai pilar utama.

DAFTAR PUSTAKA

- Anton Martin, C. , Crespo. I. C. , & López-Guzmán. M. (2025). Culinary tourism experiences: The effect of iconic food on tourist intentions. *Tourism Management Perspectives*, 40(100911).
- Cooperrider, D. L., & Whitney, D. (2005). *Appreciative inquiry: A positive revolution in change*. Berrett-Koehler Publishers.
- Denzin, N. K. , & Lincoln. Y. S. (2009). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks. CA: Sage Publications.
- Dini, M., & Pencarelli, T. (2021). Wellness tourism and the components of its offer system: A holistic perspective. *Tourism Review*, 77(2), 394–424.
- Global Wellness Institute (GWI). (2023). *Global wellness economy monitor*. Miami: GWI.
- Graham, S. C. (2021). Authentic Culinary Tourism Experiences: The Perspectives of Locals. *Journal of Gastronomy and Tourism*, 5(2), 65–82. <https://doi.org/10.3727/216929720X15968961037926>
- Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif (Kemenparekraf). (2023). *Laporan kinerja desa wisata Indonesia 2021–2023*. Jakarta: Kemenparekraf.
- Keraf, A. S. (2010). Etika lingkungan hidup. In *Jakarta: Kompas*.
- Koncul, N. (2012). Wellness: A New Mode of tourism. *Economic Research-Ekonomska Istraživanja*, 25(2), 525–534. <https://doi.org/10.1080/1331677X.2012.11517521>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Mueller, H., & Kaufmann, E. L. (2001). Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry. *Journal of Vacation Marketing*, 7(1), 5–17. <https://doi.org/10.1177/135676670100700101>
- Nisak, M. A. , Nuraini. S. , & Kusuma. S. (2022). Wellness Tourism Berbasis Kearifan Lokal: Strategi Pengembangan Pariwisata Pasca Covid-19 di Desa Bilebante, Nusa Tenggara Barat. *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)*, 30–36.

- Purwaningrum, H. (2024). Investigating the habits and satisfaction of tourists towards culinary facilities at Manggar Sari Beach, East Kalimantan. *Journal of Rural Tourism*, 1(1), 9–16. <https://doi.org/10.70310/s8sog403>
- Rahmawati, D. (2021). Kuliner tradisional sebagai media transmisi budaya. *Jurnal Sosial Humaniora*. *Jurnal Sosial Humaniora*, 12.
- Sibarani, R. (2012). *Kearifan lokal: Hakikat, peran, dan metode tradisi lisan*. Jakarta: Asosiasi Tradisi Lisan.
- Smith, M., & Puczkó, L. (2014). *Health, tourism and hospitality: Spas, wellness and medical travel (2nd ed.)*.
- Suardani, M., Sagitarini, L. L., Damayanti, I. A. K. W., Sari, P. Y. W., Wijaya, M. R. A., & Yasa, I. G. D. (2025). *Local Culinary Development Strategies as a Sustainable Tourism Product: A Qualitative Study in Les Village, Buleleng Regency, Bali* (pp. 23–33). https://doi.org/10.2991/978-94-6463-882-0_4
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, B. (2022). Wellness tourism dan kuliner sehat berbasis lokal. *Jurnal Ekonomi Kreatif*, 8(3), 101–115.
- Suwannarak, K. , & Panpracha. S. (2025). Exploring Thailand as a gastronomic tourism destination: A structural equation model approach. *Journal of Infrastructure, Policy and Development*.
- World Tourism Organization (UNWTO). (2012). *Tourism and intangible cultural heritage* (Vols. 978-92-844-1382–9). Madrid: UNWTO.
- Yang, S., Liu, Y., & Xu, L. (2024). The effect of food tourism experiences on tourists' subjective well-being. *Heliyon*, 10(3), e25482. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e25482>