



**DAMPAK POSITIF AKTIVITAS WISATA SPIRITUAL MELUKAT DI PURA
PABERSIHAN SURANADI BAGI KESEJAHTERAAN INDIVIDU
WISATAWAN**

I Made Sugita Darmateja
Institut Agama Hindu Negeri Gde Pudja Mataram

Email: Darmateja.IMS@iahn-gdepudja.ac.id

ABSTRACT

This study explores the positive impacts of the Melukat spiritual tourism activity at Pura Tirtha Pabersihan Suranadi on tourists' individual wellbeing, particularly in psychological, emotional, and spiritual dimensions. Grounded in contemporary discourse on spiritual tourism that highlights holistic experience and inner transformation, this article aims to explain how the Melukat ritual functions as a medium for mental restoration as well as life meaning-making for modern tourists. A qualitative descriptive design was employed, using in-depth interviews with 15 repeat visitors selected through purposive sampling, complemented by participant observation and on-site documentation. Data were analyzed through systematic stages of reduction, display, and conclusion drawing based on inductively emerging themes. The findings show that Melukat is capable to shape three key self-wellbeing benefits for tourists: it reduces stress and anxiety, bringing a sense of relief, calm, and a more optimistic outlook on life; it enhances emotional balance by improving the ability to manage negative emotions, strengthening inner resilience, and supporting clearer decision-making; and it elevates spiritual awareness through deepened faith, self-reflection, and congruence between tourists' inner values and the sacred atmosphere of the destination. Theoretically, this study enriches spiritual tourism scholarship by positioning Melukat as a local, holistic practice that supports harmony of body, mind, and soul. Practically, the results are crucial for destination management to preserve sacred authenticity while optimizing wellbeing-oriented narratives in the development of sustainable spiritual tourism.

Keywords: Melukat, spiritual tourism, psychological wellbeing, emotional balance, spiritual awareness

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji secara mendalam dampak positif aktivitas wisata spiritual Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi terhadap kesejahteraan individu wisatawan, khususnya pada dimensi psikologis, emosional, dan kesadaran spiritual. Berangkat dari diskursus wisata spiritual kontemporer yang menekankan pengalaman holistik dan transformasi batin, studi ini berupaya menjelaskan bagaimana ritual Melukat berfungsi sebagai ruang restorasi mental sekaligus sarana pemaknaan hidup bagi wisatawan modern. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara mendalam terhadap 15 wisatawan pengunjung berulang yang dipilih secara purposive, dilengkapi observasi partisipatif dan dokumentasi di kawasan Pura Tirtha Pabersihan. Data dianalisis melalui tahapan reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan berbasis tema-tema yang muncul secara induktif. Temuan menunjukkan bahwa Melukat

mampu membentuk tiga manfaat kesejahteraan diri bagi wisatawan yaitu pertama, mampu mengurangi stres dan kecemasan, menghadirkan rasa lega, tenang, dan perubahan cara pandang yang lebih optimis; kedua, meningkatkan keseimbangan emosional melalui kemampuan mengelola emosi negatif, memperkuat ketangguhan batin, serta mendukung pengambilan keputusan yang lebih jernih; dan ketiga, mengeskalisasi kesadaran spiritual lewat pendalaman iman, refleksi diri, dan kongruensi antara nilai batin wisatawan dengan atmosfer sakral destinasi. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian wisata spiritual berbasis praktik lokal Melukat sebagai pengalaman holistik yang menopang harmoni tubuh, pikiran, dan jiwa. Secara praktis, hasilnya penting bagi pengelolaan destinasi agar mampu menjaga kesakralan sekaligus mengoptimalkan narasi kesejahteraan dalam pengembangan wisata spiritual berkelanjutan.

Kata Kunci: Melukat, wisata spiritual, kesejahteraan psikologis, keseimbangan emosional, kesadaran spiritual

PENDAHULUAN

Di tengah dinamika kehidupan modern yang kian kompleks, industri perjalanan global mengalami pergeseran paradigma dari sekadar rekreasi visual menuju pencarian makna holistik melalui wisata spiritual. Fenomena ini menawarkan pengalaman yang melampaui hiburan konvensional, di mana wisatawan berupaya menemukan kembali koneksi spiritual dan pembersihan diri.

Sebelumnya, wisata spiritual dipahami sebagai perjalanan yang berkaitan dengan sistem kepercayaan tertentu seperti kunjungan ke situs suci, hingga partisipasi dalam ritual di tempat-tempat yang hening seperti pura atau ashram demi meraih ketenangan pikiran (Sukaatmadja et al., 2017). Namun, dalam kajian literatur di beberapa dekade terdapat juga perluasan nilai dari tujuan utama wisata spiritual, seperti penjelasan dari Medhekar & Haq (2012) yang mengutarakan bahwa wisata spiritual mencakup spektrum motivasi lebih luas daripada wisata religius formal, dimana hal tersebut meliputi pencarian pencerahan dan pengalaman otentik (Božic et al., 2016). Wisata spiritual merupakan bentuk populer (pencarian makna non-religius) atau bentuk non-formal dari wisata religius, yang membuka partisipasi lintas agama

(Cheer et al., 2017; Rawal & Sah, 2017). Definisi mutakhir dari Garg et al. (2021) dan Şahin & Güzel (2024) menekankan definisi dari wisata spiritual merujuk pada pengalaman holistik berbasis manfaat positif yang berdampak pada kesejahteraan individu seseorang.

Transformasi konseptual wisata spiritual dari ritual formal menuju pengalaman holistik ini membuka ruang bagi pembuktian secara empiris mengenai manfaat nyata bagi kesejahteraan seseorang. Pergeseran paradigma ini menegaskan bahwa wisata spiritual bukan sekadar perjalanan fisik ke situs suci, melainkan sebuah intervensi psikologis yang mampu memengaruhi kondisi batin secara mendalam. Hal ini selaras dengan berbagai temuan studi terbaru yang mendokumentasikan bagaimana mekanisme spiritual dalam perjalanan berkontribusi langsung terhadap peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan individu yang mencakup kesejahteraan psikologis, emosional serta peningkatan kesadaran spiritual.

Aktivitas wisata spiritual memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu melalui berbagai mekanisme yang telah terdokumentasi dalam kajian-kajian studi empiris.

Penelitian Zhang et al. (2023) menunjukkan bahwa nilai-nilai spiritual yang dialami wisatawan di Kawasan Gunung Buddha Tiongkok seperti transendensi, keterhubungan, arah hidup positif, dan perasaan religius memberikan pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis berdasarkan model PERMA (*positive emotion, engagement, relationships, meaning, achievement*). Temuan serupa dilaporkan dalam studi Sinha et al. (2025) pada peziarah *Mahakumbh* 2025 di India, yang menemukan bahwa partisipasi spiritual mampu menurunkan tingkat kecemasan serta depresi. Selanjutnya, kajian Lin et al. (2022) pada partisipan *Baishatun Mazu* di Taiwan menunjukkan bahwa partisipasi wisatawan dalam kegiatan tersebut menghasilkan persepsi positif terhadap kesehatan mental, dengan pengurangan kecemasan, peningkatan makna hidup, dan kohesivitas kelompok yang lebih kuat. Secara keseluruhan, aktivitas wisata spiritual baik dalam bentuk rutinitas ziarah, kunjungan ke gunung suci, maupun partisipasi dalam acara religius massal memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu, mencakup reduksi stres, kecemasan, dan depresi, serta peningkatan emosi kualitas hidup secara keseluruhan.

Dari sisi emosional, wisata spiritual berperan penting dalam meningkatkan emosi positif dan memperdalam makna hidup melalui pengalaman nilai-nilai spiritual yang dialami wisatawan. Penelitian Zhang et al. (2023) menunjukkan bahwa emosi positif dan makna hidup merupakan komponen kesejahteraan psikologis yang paling kuat dipengaruhi oleh nilai-nilai spiritual seperti keterhubungan, arah hidup positif, dan perasaan religius khusus. Pengalaman spiritual transendensi yaitu pengalaman tingkat

tinggi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri berpengaruh signifikan terhadap emosi positif melalui pengurangan respons defensif, peningkatan rasa cinta dan optimisme, serta inspirasi perilaku pro-sosial yang menghasilkan kebahagiaan berkelanjutan. Studi Su (2025) menemukan bahwa pengalaman wisata spiritual yang berkesan memiliki dampak positif signifikan terhadap makna hidup, yang mana emosi positif selama wisata ditransformasi menjadi pemahaman mendalam tentang tujuan hidup. Wisata spiritual juga berkontribusi terhadap kesehatan emosional melalui proses refleksi dan pengembangan pribadi. Refleksi diri berperan sebagai mediator penting antara pengalaman wisata dan makna hidup, memungkinkan individu mengklarifikasi wawasan perjalanan dan meningkatkan kesadaran akan tujuan hidup. Choe & O'Regan (2020) mencatat wisatawan melakukan praktik penyalarsan kesadaran diri (*mindfulness*) agar dapat mengisi ulang energi, mencapai pemenuhan spiritual, meningkatkan kesejahteraan spiritual, dan menemukan jati diri yang sejati. Aktivitas seperti meditasi dan doa di tempat-tempat khusus dapat meningkatkan kesadaran diri, mengurangi kecemasan, serta memperkuat optimisme. Dampaknya, para wisatawan akan memiliki penilaian terhadap diri sendiri yang lebih baik (*positive self-esteem*) dan lebih siap dalam menghadapi tekanan hidup setelah perjalanan selesai.

Dampak positif lainnya dari wisata spiritual adalah peningkatan kesadaran spiritual, yang tercermin dalam pendalaman iman, refleksi diri yang lebih intens, serta pergeseran orientasi hidup ke arah nilai-nilai batin yang lebih mendalam. Studi dari Brumec & Roszak (2024) tentang ziarah *Camino*

de Santiago menunjukkan bahwa pengalaman religius selama aktivitas menghasilkan transformasi pada dimensi *Spirituality, Wisdom & Detachment*, di mana peserta melaporkan kehidupan yang lebih spiritual dalam praktik sehari-hari, penghayatan iman yang lebih dalam, dan kecenderungan melepaskan diri dari materialisme serta cara hidup yang dangkal. Sejalan dengan itu, penelitian Su (2025) tentang memorable tourism experiences menemukan bahwa pengalaman wisata yang menyentuh ranah batin dan memicu afek positif serta refleksi diri mampu memperdalam rasa makna hidup, yang pada gilirannya memperkuat struktur nilai internal dan memberi rasa arah yang lebih jelas dalam kehidupan sehari-hari. Studi kualitatif lainnya juga menggambarkan bagaimana simbol, ritual, dan komunitas spiritual membantu individu “menata ulang” hidupnya, menjadi lebih autentik dan berani meninggalkan pola hidup yang tidak sejalan dengan suara batin mereka (Marusanici, 2023), sehingga memicu proses kontemplasi, konversi, dan apresiasi terhadap hidup yang terus berlanjut setelah perjalanan selesai.

Selanjutnya, ketika nilai-nilai spiritual individu selaras dengan lingkungan destinasi, ekspresi nilai tersebut menjadi lebih alami karena lingkungan mendukung aktualisasi nilai-nilai batin yang telah dimiliki sebelumnya. Penelitian Zhang et al. (2023) di pegunungan Buddha Tiongkok menunjukkan bahwa keselarasan antara nilai-nilai spiritual wisatawan dengan atmosfer religius dan simbolik destinasi memperkuat pengalaman keterhubungan dengan diri, orang lain, alam, dan entitas transenden, sehingga nilai seperti keterhubungan, arah hidup positif, dan lebih mudah dimaknai dan diekspresikan. Artikel Buzinde (2020) yang menggunakan kerangka Self-Determination Theory (SDT) dalam

konteks *spiritual tourism* menegaskan bahwa ketika lingkungan wisata memberi ruang bagi pencarian makna, refleksi diri, dan praktik spiritual yang autentik, wisatawan merasa lebih otonom untuk memiliki kendali penuh atas perjalanan spiritualnya, lebih diterima, dan lebih terhubung secara relasional dengan orang lain dan dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya, sehingga pengalaman spiritual tidak lagi dipaksakan tetapi mengalir secara spontan sebagai ekspresi diri yang selaras dengan destinasi. Dengan demikian, ketika nilai-nilai spiritual individu bertemu dengan lingkungan destinasi yang kongruen, wisata spiritual tidak hanya meningkatkan kesadaran spiritual, tetapi juga mengisi kebutuhan psikologis dasar dan memperkaya rasa makna serta tujuan hidup.

Secara keseluruhan, wisata spiritual terbukti menjadi sarana krusial bagi peningkatan kesejahteraan psikologis dan transformasi batin individu secara menyeluruh. Melalui mekanisme refleksi diri yang intens dan penguatan emosi positif, pengalaman ini mampu mereduksi tekanan mental seperti stres dan kecemasan sekaligus memperdalam pemahaman terhadap makna hidup. Keberhasilan transformasi ini sangat didukung oleh adanya keselarasan antara nilai-nilai batin individu dengan atmosfer destinasi, yang memberikan ruang bagi pemenuhan kebutuhan psikologis akan otonomi dan keterhubungan transenden. Lebih dari sekadar perjalanan fisik, wisata spiritual berfungsi sebagai "ruang batin" yang autentik untuk memperkuat struktur nilai internal, meningkatkan kesadaran spiritual, serta memberikan arah tujuan hidup yang lebih jelas dan berkelanjutan bagi individu dalam menjalani kesehariannya.

Manifestasi nyata dari berbagai temuan empiris global tersebut juga

dapat diamati secara mendalam pada praktik spiritual lokal di Indonesia, salah satunya melalui ritual Melukat. Fenomena peningkatan kesejahteraan diri yang sebelumnya dijelaskan dalam konteks internasional, menemukan relevansinya pada tradisi mandi suci atau Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi di Pulau Lombok, Nusa Tenggara Barat. Aktivitas spiritual Melukat merupakan praktik mandi sakral untuk penyucian lahiriah dan batiniah yang melepaskan pengaruh negatif masa lalu (Sharmistha & Yuwanto, 2024). Saat ini, Melukat tidak lagi dipandang semata-mata sebagai kewajiban upacara keagamaan bagi umat Hindu, melainkan telah bertransformasi menjadi tren gaya hidup dan kebutuhan rutin bagi masyarakat lintas agama hingga wisatawan mancanegara. Fenomena ini mencerminkan bagaimana individu masa kini mengintegrasikan praktik spiritual ke dalam pola perilaku mereka demi memperoleh kebahagiaan dan ketenangan batin. Partisipasi dalam ritual Melukat telah menjadi representasi dari upaya individu untuk menjaga keseimbangan jati diri di tengah tuntutan lingkungan yang semakin kompleks.

Kawasan Wisata Suranadi, dengan eksistensi mata air suci *Panca Tirtha*, hadir sebagai lokus utama aktivitas ini. Situs bersejarah yang terkait dengan perjalanan Dang Hyang Nirartha pada abad ke-16 ini menjaga fungsi sakralnya melalui lima sumber mata air yaitu *tirtha pabersihan*, *pangentas*, *toya tabah*, *palukatan*, dan *patirthaan* (Prayitno & Mahyuni, 2024). Khusus di Pura Tirtha Pabersihan, aliran air yang kontinu menjadi media penyucian dalam aktivitas Melukat yang dipercaya mampu memberikan kesembuhan.

Berdasarkan penelusuran awal di Kawasan Pura Tirtha Pabersihan Suranadi, ditemukan pola yang menarik dalam kunjungan wisatawan ke Pura

Tirtha Pabersihan untuk melaksanakan aktivitas spiritual Melukat. Mayoritas pengunjung yang datang didominasi oleh kategori kunjungan berulang dan rutin, sebuah indikasi kuat bahwa Melukat bukan lagi hanya sebuah atraksi sekali kunjungan, melainkan telah berevolusi menjadi sebuah trend praktik spiritual yang terintegrasi dalam siklus kehidupan mereka. Karakteristik kunjungan ini tidak terbatas pada masyarakat lokal Lombok, tetapi menjangkau wilayah yang lebih luas, seperti wisatawan dari provinsi sentra Hindu seperti Bali dan daerah lain di Kepulauan Jawa. Jangkauan geografis yang luas dari para pengunjung berulang ini menyoroti bahwa Pura Suranadi telah diakui sebagai salah satu pusat *tirtha yatra* (perjalanan suci) yang penting, menawarkan sumber mata air suci yang dipercaya memiliki kekuatan pemurnian unik. Berdasarkan kategori McKercher di dalam (Gusti et al., 2016), pengunjung Suranadi dapat diklasifikasikan dari *Purposeful Spiritual Tourist* yang berniat melakukan ritual, hingga *Incidental Tourist* yang menemukan pengalaman spiritual secara tidak sengaja.

Tingginya minat dan sifat kunjungan yang berulang secara teratur yang melampaui batas geografis, mengindikasikan bahwa para wisatawan yang berkunjung ke Pura Tirtha Pabersihan Suranadi tidak sekadar mencari pengalaman fisik, tetapi benar-benar memperoleh manfaat yang mendalam dan signifikan, yang mendorong mereka untuk kembali secara konsisten. Fenomena ini menunjukkan adanya keterikatan spiritual yang kuat antara individu dengan tempat suci dan ritual itu sendiri. Keberlanjutan praktik ini menunjukkan keberhasilan Melukat dalam menawarkan solusi atau jawaban atas kebutuhan batiniah wisatawan modern,

mulai dari upaya penyucian diri, pelepasan stres dan energi negatif, hingga pencarian kedamaian hidup, menjadikannya praktik vital yang secara efektif menopang kesejahteraan individu (*well-being*) mereka. Fenomena ini menjadikan Pura Tirtha Pabersihan Suranadi bukan hanya situs spiritual penting secara religius, tetapi juga destinasi wisata spiritual yang signifikan secara akademik untuk memberikan pemahaman akan dampak wisata spiritual terhadap kesejahteraan individu. Hal ini mendorong perlunya melihat lebih dekat bagaimana situs spesifik seperti Pura Tirtha Pabersihan Suranadi menjadi laboratorium hidup bagi transformasi kesejahteraan psikologi, emosional serta spiritual individu.

Dalam perspektif manajemen destinasi, memahami interpretasi wisatawan terhadap dampak aktivitas spiritual Melukat terhadap kesejahteraan individu sangatlah krusial. Pengalaman positif yang membekas pada kesejahteraan pribadi wisatawan tidak hanya meningkatkan kepuasan, tetapi juga menjadi instrumen promosi yang jauh lebih kuat dibandingkan iklan konvensional melalui rekomendasi dari mulut ke mulut atau media sosial (Darmateja, 2025). Oleh karena itu, analisis mendalam terhadap dampak yang dirasakan wisatawan menjadi dasar yang relevan dalam menyusun strategi promosi yang tepat sasaran.

Dengan mengintegrasikan nilai spiritualitas dan kesejahteraan diri ke dalam narasi pemasaran digital, Pura Suranadi dapat memperkuat posisinya sebagai destinasi wisata spiritual yang unggul, sembari tetap menjaga kesakralan situs dan memberikan dampak ekonomi berkelanjutan bagi masyarakat lokal. Namun, popularitas ritual seperti Melukat juga membawa tantangan "komodifikasi", di mana ritual

bisa menjadi sekadar "tontonan" daripada "tuntunan" jika tidak dikelola dengan baik (Dinar et al., 2023). Pentingnya pengelolaan yang tepat adalah untuk memastikan bahwa manfaat ekonomi tidak mengorbankan integritas spiritual dan budaya, menjaga keseimbangan antara daya tarik wisata dan nilai sakralnya.

Meskipun berbagai literatur telah menegaskan manfaat wisata spiritual terhadap kesejahteraan individu secara umum, masih terdapat *gap* pengetahuan yang signifikan terkait dampak spesifik dari aktivitas Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi. Pertanyaan mendasar mengenai dampak positif psikologis, emosional serta spiritual yang diperoleh wisatawan belum terjawab dengan komprehensif melalui kajian empiris di konteks lokal Pulau Lombok. Ketiadaan pemahaman mendalam ini menjadi hambatan dalam merancang strategi pengelolaan destinasi yang optimal dan berkelanjutan.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara komprehensif Dampak Positif Aktivitas Wisata Spiritual Melukat Di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi Bagi Kesejahteraan Individu Wisatawan. Melalui eksplorasi mendalam terhadap perubahan emosional dan psikologis yang dialami wisatawan, khususnya dari pengunjung berulang, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis sekaligus rekomendasi praktis bagi para pemangku kepentingan dalam mengoptimalkan potensi Pura Tirtha Pabersihan Suranadi sebagai pusat wisata spiritual yang selaras dengan nilai-nilai pelestarian budaya dan pemberdayaan masyarakat lokal.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan

deskriptif kualitatif, yang dirancang untuk menggali secara mendalam dampak aktivitas wisata spiritual Melukat di Pura Tirtha Pabersihan, Kawasan Suranadi, Lombok Barat, terhadap kesejahteraan individu wisatawan khususnya perubahan psikologis, emosional, dan kesadaran spiritual pada pengunjung berulang.

Data primer utama diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan 15 wisatawan sebagai narasumber kunci, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria seleksi difokuskan pada pengunjung berulang yang secara rutin melakukan ritual Melukat di Pura Tirtha Pabersihan. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh berasal dari individu yang telah mengintegrasikan ritual Melukat sebagai bagian dari gaya hidup dan upaya pemenuhan kesejahteraan mereka, sebagaimana yang digambarkan dalam fenomena wisata spiritual saat ini.

Proses pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara mendalam yang dilaksanakan segera setelah ritual selesai. Langkah ini krusial untuk memastikan adanya *fresh recall* atas pengalaman akan dampak positif yang diperoleh wisatawan secara langsung dari sumber mata air suci. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi partisipatif dan dokumentasi di lokasi untuk memperkaya deskripsi situasi serta meningkatkan validitas temuan melalui triangulasi teknik. Pengumpulan data dilakukan secara intensif hingga mencapai titik saturasi, di mana informasi yang diperoleh telah jenuh dan tidak ditemukan lagi pola baru yang signifikan.

Analisis data dilakukan secara sistematis melalui tiga tahapan utama yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi, informasi yang luas

dirangkum dan difokuskan pada poin-poin relevan yang berkaitan dengan dampak spiritual dan kesejahteraan individu. Data tersebut kemudian diorganisasi, dikodekan, dan dikategorikan berdasarkan tema-tema yang muncul secara induktif untuk kemudian disajikan kembali dalam format narasi yang komprehensif. Tahap akhir dari penelitian ini adalah penarikan kesimpulan sebagai upaya untuk merumuskan temuan baru mengenai dampak positif Melukat terhadap dimensi psikologis, emosional, dan kesadaran spiritual wisatawan. Melalui prosedur yang telah direncanakan, analisis yang dilakukan akan mampu menyajikan wawasan mendalam mengenai bagaimana Pura Tirtha Pabersihan melalui aktivitas Melukat berfungsi sebagai atraksi wisata spiritual yang memberikan kontribusi nyata terhadap harmoni tubuh, pikiran, dan jiwa bagi masyarakat modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian pembahasan ini menguraikan dinamika pengalaman wisatawan melalui tiga dimensi utama yang saling berkaitan dalam ritual Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi. Fokus pertama diarahkan pada optimalisasi kesejahteraan psikologis sebagai respons terhadap kebutuhan manusia modern akan ruang restorasi dan pelepasan beban mental dari kejenuhan rutinitas. Diskusi kemudian berlanjut pada bagaimana pengalaman spiritual tersebut mengubah keseimbangan emosi, yang membantu individu menjadi lebih tegar dan tidak mudah goyah dalam menghadapi tekanan hidup. Sebagai dimensi yang paling mendasar, analisis ini juga mengeksplorasi eskalasi kesadaran spiritual yang dialami responden, di mana ritual pembersihan air suci menjadi pintu gerbang menuju keautentikan diri

dan pemaknaan hidup yang lebih mendalam. Sinergi dari ketiga dimensi tersebut menggambarkan bagaimana ritual Melukat bekerja sebagai instrumen holistik yang menyelaraskan kembali tatanan nilai internal dan kesejahteraan diri individu secara komprehensif.

Optimalisasi Kesejahteraan Psikologis Wisatawan melalui Restorasi Mental dan Transformasi Makna Hidup dalam Ritual Melukat

Aktivitas Melukat bagi wisatawan berfungsi sebagai mekanisme restorasi psikologis yang mendalam untuk mengurangi stres dan kecemasan, selaras dengan temuan empiris oleh Sinha et al. (2025) serta Lin et al. (2022). Dalam konteks kehidupan modern yang penuh tekanan, Melukat menjadi sarana pelepasan beban mental atau *stress release* yang sangat efektif bagi individu yang merasa jenuh dengan tuntutan pekerjaan dan rutinitas sehari-hari. Responden melaporkan dampak berupa perasaan lega yang mendalam, di mana mereka merasa seolah-olah seluruh beban pikiran yang menghimpit telah dihanyutkan bersama aliran air suci. Fenomena ini membuktikan bahwa partisipasi spiritual melalui Melukat mampu menurunkan tingkat ketegangan saraf secara signifikan dan memberikan ruang aman bagi individu untuk melakukan pelepasan pikiran melalui doa-doa yang dipanjatkan, yang pada akhirnya menghasilkan ketenangan batin yang nyata dan pembersihan pikiran dari hal-hal negatif.

Dampak positif Melukat terhadap kesejahteraan psikologis juga dapat dianalisis melalui keterhubungan dengan kekuatan ilahi saat responden berada di area mandi suci. Pengalaman spiritual saat Melukat menciptakan rasa transendensi, di mana wisatawan memanfaatkannya sebagai media untuk "mengadu" atau berbagi beban (*sharing*)

yang tidak mungkin disampaikan kepada sesama manusia. Munculnya perasaan tenang, hati yang sejuk, dan pikiran yang jernih menunjukkan bahwa ritual ini merupakan bentuk "persinggahan pikiran" yang memberikan penyegaran jiwa secara menyeluruh bagi mereka yang merasa penat. Keterhubungan spiritual ini memberikan rasa aman dan kenyamanan, membantu wisatawan menstabilkan emosi mereka sehingga lebih siap untuk kembali menghadapi rutinitas sosial dengan kondisi psikis yang lebih bugar dan stabil.

Terakhir, prosesi ritual Melukat memberikan kontribusi besar terhadap kesejahteraan psikologis melalui transformasi cara pandang dan peningkatan makna hidup responden yang melakukan aktivitas Melukat secara rutin; sebagaimana dijelaskan dalam kajian Lin et al. (2022) mengenai persepsi positif terhadap kesehatan mental dan peningkatan makna hidup. Melalui proses introspeksi diri selama ritual berlangsung, responden cenderung mengembangkan sikap hidup yang lebih ikhlas dan sabar dalam menjalani dinamika keseharian. Pengalaman spiritual Melukat membangun optimisme dan arah hidup yang lebih positif, di mana dunia tidak lagi dipandang sebagai tempat yang "menyeramkan", terutama ketika doa-doa yang dipanjatkan dirasakan memberikan hasil nyata dalam kehidupan. Proses pembersihan diri secara spiritual ini memicu perubahan paradigma psikologis yang membuat individu lebih mampu menerima realitas hidup dengan lapang dada, menjauhkan diri dari hal negatif, serta memperkuat ketangghuan mental dalam menghadapi tantangan di masa depan.

Transformasi Aspek Keseimbangan Emosional Wisatawan melalui Pengalaman Spiritual Melukat

Aktivitas Rutin Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan emosional wisatawan dalam hal peningkatan kemampuan untuk mengontrol emosi negatif yang mereka hadapi ke kondisi rileks dan sehiungga selanjutnya berdampak juga pada peningkatan kualitas pribadi dalam pengambilan keputusan dan penguatan ketahanan emosi dalam menghadapi tuntutan hidup yang tinggi.

Transformasi emosi menjadi perasaan rileks dan tenang ini merupakan bentuk nyata dari kebahagiaan berkelanjutan yang berdasarkan penuturan mayoritas responden diperoleh ketika mereka merasakan kekuatan yang besar hadir di area Melukat dimana hal tersebut mencerminkan pengalaman transendensi saat melakukan prosesi ritual pembersihan. Pemerolehan kondisi batin tenang yang dialami responden juga terkait dengan mekanisme introspeksi diri selama prosesi ritual seperti pada pembahasan optimalisasi kesejahteraan psikologis wisatawan sebelumnya, dimana mekanisme tersebut menurut Choe & O'Regan (2020) memungkinkan individu untuk menemukan ketenangan batin dan jati diri yang sejati. Selanjutnya, dampak lanjutan yang timbul dari pemerolehan ketenangan batin ini kemudian membentuk kualitas pribadi responden dalam pengambilan keputusan dimana responden merasa lebih mampu mengambil keputusan penting tanpa didominasi oleh emosi sesaat atau tekanan stres yang menghimpit. Kondisi tersebut teramati terjadi pada responden yang memiliki latar belakang pekerjaan yang bergerak dalam bidang perbankan dan pemasaran yang kesehariannya sangat

dekat dengan tuntutan akan pengambilan keputusan strategis dalam waktu cepat.

Dalam jangka panjang, pengalaman emosional yang berkesan selama Melukat juga bertransformasi menjadi pemahaman yang lebih dalam mengenai makna dan tujuan hidup wisatawan. Proses refleksi diri yang terjadi saat bersentuhan dengan alam dan ritual suci memungkinkan individu mengklarifikasi wawasan perjalanan batin mereka, yang menurut studi Su (2025) sangat krusial dalam memperkuat struktur nilai internal pribadi. Para responden yang merasakan doa-doanya terkabul melalui perantara Melukat cenderung memiliki penilaian diri yang lebih baik (*positive self-esteem*) rasa syukur yang meningkat, serta memperoleh perlindungan dari energi negatif dan niat buruk yang memberikan rasa aman secara mental sehingga mereka tidak lagi memandang tantangan hidup sebagai sesuatu yang menakutkan. Dampaknya, muncul keberanian dan kesiapan emosional untuk menghadapi tekanan hidup di masa depan dengan sikap yang lebih positif dan optimis. Melukat akhirnya menjadi ruang batin di mana wisatawan dapat menata kembali emosi mereka agar lebih selaras dengan jati diri yang sejati dan tujuan hidup yang lebih mulia.

Eskalasi Kesadaran Spiritual: Transformasi Keautentikan Diri dan Kongruensi Nilai Melalui Ritual Melukat

Peningkatan kesadaran spiritual melalui aktivitas Melukat di Suranadi tercermin secara nyata dalam proses pendalaman iman dan pergeseran orientasi hidup wisatawan dari rutinitas materialistik menuju penghayatan nilai-nilai batin yang jauh lebih bermakna. Berdasarkan data rekaman wawancara, wisatawan memaknai Melukat bukan

sekadar aktivitas wisata air biasa, melainkan sebuah ritual "pembersihan" sakral yang krusial untuk menanggalkan beban pikiran, energi negatif, dan kekeruhan hati akibat dinamika kehidupan sehari-hari yang penuh tekanan. Fenomena ini sangat selaras dengan studi Brumec & Roszak (2024) yang menjelaskan bahwa pengalaman religius dalam perjalanan spiritual memicu transformasi mendalam pada dimensi spiritualitas dan kebijaksanaan, di mana individu mulai belajar untuk melepaskan diri (*detachment*) dari cara hidup yang dangkal. Responden mengungkapkan bahwa Melukat berfungsi sebagai "persinggahan pikiran" atau ruang jeda yang memberikan kesempatan untuk melakukan kontemplasi batin, memungkinkan mereka untuk keluar sejenak dari tuntutan profesional yang menjemukan guna menemukan kembali keautentikan diri melalui refleksi yang intens dan terfokus sepenuhnya pada kehadiran Yang Ilahi.

Peningkatan Kesadaran spiritual semakin diperkuat oleh adanya keselarasan yang kuat antara nilai-nilai spiritual personal yang dibawa oleh wisatawan dengan atmosfer religius serta simbolisme suci yang ada di destinasi Pura Tirtha Pabersihan Suranadi. Lingkungan yang sarat dengan getaran spiritual dan kesucian alam ini mendukung wisatawan untuk mengaktualisasikan niat batin mereka secara lebih alami, spontan, dan tanpa paksaan. Hal ini terlihat jelas dari kesiapan mental responden yang sudah menata niat serta doa-doa khusus sejak dari rumah, yang kemudian mencapai puncaknya saat mereka berinteraksi langsung dengan pancuran air suci yang dianggap memiliki vibrasi berbeda. Sebagaimana dijelaskan oleh Zhang et al. (2023), keselarasan antara atmosfer destinasi dengan nilai spiritual individu

memperkuat rasa keterhubungan (*connectedness*) yang intim dengan diri sendiri, alam semesta, dan entitas transenden. Dalam konteks ini, Buzinde (2020) menegaskan bahwa ketika lingkungan wisata memberikan ruang yang luas bagi pencarian makna dan praktik spiritual yang autentik, wisatawan akan merasa memiliki otonomi dan kendali penuh atas perjalanan batinnya, sehingga ekspresi spiritual seperti pengucapan mantra suci dan doa-doa permohonan mengalir secara tulus sebagai bentuk penyerahan diri yang total dan jujur.

Lebih jauh lagi, peningkatan kesadaran spiritual melalui Melukat memicu proses transformasi batin yang memberikan arah dan makna hidup yang jauh lebih jelas bagi wisatawan bahkan setelah perjalanan tersebut berakhir. Praktik spiritual yang dilakukan secara khusyuk dan penuh konsentrasi, seperti pengucapan *Gayatri Mantram* sebelum menyelam di bawah air suci, menjadi momentum krusial bagi responden untuk melakukan introspeksi mendalam dan menata ulang nilai-nilai yang mereka percayai. Dampaknya, para wisatawan melaporkan adanya perubahan perspektif hidup yang signifikan; mereka menjadi pribadi yang lebih ikhlas, penyabar, dan memiliki optimisme yang kuat dalam menghadapi ketidakpastian masa depan karena merasa telah mendapatkan "restu" serta pembersihan secara spiritual. Sesuai dengan studi Su (2025), pengalaman berkesan yang dirasakan hingga ke dalam batin mampu mengubah perasaan positif dan hasil pemikiran mendalam menjadi pemahaman tentang tujuan hidup yang lebih nyata. Dengan demikian, aktivitas spiritual Melukat tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan akan ketenangan sementara, tetapi bekerja sebagai media penghubung yang memberdayakan wisatawan untuk hidup

lebih autentik, berani meninggalkan pola hidup yang tidak sehat, dan secara konsisten menyelaraskan tindakan sehari-hari mereka dengan prinsip-prinsip spiritual yang telah mereka yakini.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa aktivitas Melukat di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi memberikan manfaat nyata bagi wisatawan dalam tiga hal utama. Pertama, ritual ini terbukti mampu meningkatkan kondisi psikologis wisatawan dengan cara mengurangi rasa stres dan cemas akibat tekanan pekerjaan serta rutinitas harian. Melalui pelepasan beban pikiran saat mandi suci, wisatawan merasakan ketenangan batin dan pikiran yang lebih bersih dari hal-hal negatif. Kedua, terjadi perubahan ke arah yang lebih baik pada keseimbangan emosi dan mental. Wisatawan menjadi lebih tenang, lebih sabar, dan lebih mampu mengendalikan perasaan negatif mereka. Kondisi ini membantu mereka, terutama yang memiliki pekerjaan dengan tekanan tinggi, untuk dapat berpikir lebih jernih, menghindari emosi sesaat dan tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan penting. Ketiga, Melukat mendorong peningkatan kesadaran spiritual, di mana wisatawan mulai memprioritaskan nilai-nilai batin dan ketulusan. Kesesuaian antara niat dari rumah dengan suasana suci di Pura Tirtha Pabersihan Suranadi membuat wisatawan merasa lebih dekat dengan Tuhan, yang pada akhirnya mengubah cara pandang mereka menjadi lebih ikhlas dan optimis dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan kepada pengelola Pura Tirtha Pabersihan Suranadi untuk selalu

menjaga keaslian dan suasana suci di sekitar mata air. Hal ini penting karena kesesuaian antara suasana tempat dan niat batin pengunjung adalah kunci utama dalam meningkatkan kedekatan mereka dengan nilai-nilai spiritual. Pengelola juga perlu menyediakan tempat khusus yang tenang agar wisatawan dapat berdoa dan menenangkan pikiran dengan lebih fokus tanpa gangguan. Bagi pihak yang bergerak di bidang pariwisata, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk mempromosikan wisata spiritual yang menekankan pada manfaat ketenangan pikiran dan keseimbangan perasaan. Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas penelitian ini dengan membandingkan dampak Melukat pada orang-orang dengan jenis pekerjaan yang berbeda. Selain itu, peneliti mendatang juga dapat mengamati seberapa lama perubahan sikap dan ketenangan ini bertahan pada diri wisatawan setelah mereka kembali ke kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Božić, S., Spasojević, B., Vujičić, M. D., & Stamenkovic, I. (2016). Exploring The Motives Of Religious Travel By Applying The Ahp Method – A Case Study of Vujan Monastery (Serbia). *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*, 4(iv), 1–13.
- Brumec, S., & Roszak, P. (2024). Exploring the Transformative Aftereffects of Religious Experiences on Pilgrims Along the Camino de Santiago in Spain. *Journal of Religion and Health*, 63(6), 4876–4901. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02127-z>

- Buzinde, C. N. (2020). Theoretical linkages between well-being and tourism: The case of self-determination theory and spiritual tourism. *Annals of Tourism Research*, 83. <https://doi.org/10.1016/j.annals.2020.102920>
- Cheer, J. M., Belhassen, Y., & Kujawa, J. (2017). The search for spirituality in tourism: Toward a conceptual framework for spiritual tourism. *Tourism Management Perspectives*, 24, 252–256. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2017.07.018>
- Choe, J., & O'Regan, M. (2020). Faith manifest: Spiritual and mindfulness tourism in Chiang Mai, Thailand. *Religions*, 11(4), 0–15. <https://doi.org/10.3390/rel11040177>
- Darmateja, I. M. (2025). PENGALAMAN WISATA SPIRITUAL MELUKAT PURA PABERSIHAN SURANADI. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 14(2), 691–702. <https://doi.org/10.47492/jih.v14i2.4008>
- Dinar, I. G. A. A. G. P., Mulyawati, K. R., & Permatasari, I. (2023). Pengembangan Daya Tarik Wisata Melukat Sebagai Intangible Heritage di Kabupaten Gianyar. *Kertha Wicaksana*, 17(2), 123–130. <https://doi.org/10.22225/kw.17.2.2023.123-130>
- Garg, A., Misra, P., Gupta, S., Goel, P., & Saleem, M. (2021). Prioritizing motivators influencing intentions to visit spiritual destinations in India: an application of analytical hierarchical process (AHP) approach. *Journal of Tourism Futures*, ahead-of-print(ahead-of-print). <https://doi.org/10.1108/JTF-09-2021-0214/FULL/PDF>
- Gusti, I., Riza, A., Kusuma, D., & Suryasih, I. A. (2016). *AKTIVITAS WISATA SPIRITUAL DAN MOTIVASI BERWISATA DI DAYA TARIK WISATA TANAH LOT KABUPATEN TABANAN*. 4(2). www.antarabali.com
- Lin, H. H., Lin, T. Y., Hsu, C. W., Chen, C. H., Li, Q. Y., & Wu, P. H. (2022). Moderating Effects of Religious Tourism Activities on Environmental Risk, Leisure Satisfaction, Physical and Mental Health and Well-Being among the Elderly in the Context of COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph192114419>
- Marusanici, C. (2023). Camino de Santiago as a portal to the inner world. *Consciousness, Spirituality & Transpersonal Psychology*, 4, 1–14. <https://doi.org/10.53074/cstp.2023.47>
- Medhekar, A., & Haq, F. (2012). Development of Spiritual Tourism Circuits: The Case of India. *GSTF Journal on Business Review (GBR)*, Vol.2 No.2. https://doi.org/10.5176/2010-4804_2.2.205
- Prayitno, J., & Mahyuni, M. (2024). KOMUNIKASI PARIWISATA DI KAWASAN PURA SURANADI DALAM MENDUKUNG SURANADI SEBAGAI DESA WISATA BUDAYA. *Samvada : Jurnal Riset Komunikasi, Media, Dan Public Relation*, 3(1), 63–79. <https://doi.org/10.53977/JSV.V3I1.1800>

- Rawal, Y. S., & Sah, V. (2017). Emergence of Spiritual Tourism and Its Impact on Hospitality Industry with Special Reference to Uttarakhand Region. *Atithya: A Journal of Hospitality*, 3(2), 21–26.
- Şahin, İ., & Güzel, F. Ö. (2024). Dimensions of spirituality in tourism: Developing the spiritual tourism experience scale (STES). *Journal of Destination Marketing and Management*, 34(October). <https://doi.org/10.1016/j.jdmm.2024.100955>
- Sharmistha, N. N. P., & Yuwanto, L. (2024). Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology) The Benefits of Melukat in Balinese Culture from a Psychological Perspective. In *Journal of Social and Cultural Anthropology* (Vol. 10, Number 1). <http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/anthropos>
- Sinha, S., Kumar, P., Singh, S., Singh, A., & Das, R. S. (2025). Interplay of pilgrimage, cultural tourism, and psychological well-being: An institutional experience of running sub-center hospital in Mahakumbh 2025 Prayagraj. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 14(12), 5192–5199. https://doi.org/10.4103/jfmipc.jfmipc_824_25
- Su, Q. (2025). Awakening the soul during travel: influence mechanism of memorable tourism experience on university students' life meaning. *Frontiers in Psychology*, 16, 1521716. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1521716>
- Sukaatmadja, I. P. G., Wardana, M., Purbawangsa, I. B. A., & Rahanatha, G. B. (2017). *Prosiding Seminar Nasional AIMI PARIWISATA SPIRITUAL : BERBASIS EVENT-EVENT UPACARA AGAMA HINDU I Putu Gde Sukaatmadja; Made Wardana; Ida Bagus Anom Purbawangsa; Gede Bayu Rahanatha.*
- Zhang, G., Huang, K., & Shen, S. (2023). Impact of spiritual values on tourists' psychological wellbeing: evidence from China's Buddhist mountains. *Frontiers in Psychology*, 14, 1136755. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1136755/REFERENCE>.