

Relasi Gaya Hidup Slow Living dengan Pengalaman Slow Tourism di Desa Wisata Sidorejo

Isna Dian Krisnandi*, Primantoro Nur Vitrianto

Sekolah Tinggi Pariwisata Ambarrukmo, Indonesia

Email: idkrisnandi@gmail.com*, primantoro@stipram.ac.id

Keywords:

slow living, slow tourism, naturalistic approach, travel experience, sidorejo tourism village

Abstract

Modern tourism's emphasis on speed and efficiency has encouraged the emergence of slow tourism as an approach prioritizing meaningful travel experiences. This study aimed to analyze how the slow living lifestyle is interpreted through slow tourism experiences in Sidorejo Tourism Village, Kulon Progo Regency, from the perspectives of tourism managers and visitors. It employed a naturalistic approach. Informants comprised tourism managers and visitors selected through snowball sampling until data saturation was reached. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation, while credibility was established through source and technique triangulation. The findings revealed that the relationship between slow living and slow tourism was reflected in unhurried travel, meaningful use of time, experiential depth, engagement with local culture and community life, closeness to nature, the pursuit of tranquility, and processes of reflection and learning. This relationship was reciprocal: slow living values influenced how visitors selected and experienced their journeys, while slow tourism experiences strengthened their understanding and application of slow living principles. The study concluded that slow tourism concerns more than travel duration or pace; it constitutes a meaningful experience shaped by engagement, learning, reflection, and authentic relationships with a destination's local character while supporting sustainable tourism grounded in local wisdom.

Kata Kunci:

slow living, slow tourism, naturalistik, pengalaman wisata, desa wisata sidorejo

Abstrak

Perkembangan pariwisata modern yang berorientasi pada kecepatan dan efisiensi mendorong munculnya slow tourism sebagai pendekatan yang mengutamakan kualitas, kedalaman, dan kebermaknaan pengalaman perjalanan. Penelitian ini bertujuan menganalisis relasi pemaknaan gaya hidup slow living melalui pengalaman slow tourism di Desa Wisata Sidorejo, Kabupaten Kulon Progo, berdasarkan perspektif pengelola dan wisatawan. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naturalistik. Informan terdiri atas pengelola desa wisata dan wisatawan yang dipilih melalui teknik snowball sampling hingga mencapai kejenuhan data. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian diuji keabsahannya menggunakan triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi slow living dan slow tourism tercermin dalam perjalanan tanpa ketergesa-gesaan, penggunaan waktu secara berkualitas, kedalaman pengalaman, keterlibatan dengan budaya dan kehidupan masyarakat lokal, kedekatan dengan alam, pencarian ketenangan, serta proses refleksi dan pembelajaran. Hubungan tersebut bersifat timbal balik: nilai slow living memengaruhi cara wisatawan memilih dan menjalani perjalanan, sedangkan pengalaman slow tourism memperkuat pemahaman dan penerapan nilai slow living. Penelitian menyimpulkan bahwa slow tourism tidak sekadar berkaitan dengan durasi atau tempo perjalanan, tetapi merupakan pengalaman bermakna yang dibangun melalui keterlibatan, pembelajaran, refleksi, dan hubungan autentik dengan karakter lokal destinasi

serta mendukung pengembangan pariwisata berkelanjutan berbasis kearifan lokal yang berpusat pada kesejahteraan pengunjung dan masyarakat setempat.

PENDAHULUAN

Perkembangan pariwisata modern menunjukkan kecenderungan yang semakin berorientasi pada kecepatan, efisiensi, dan kuantitas perjalanan. Aktivitas wisata tidak lagi hanya dipahami sebagai proses menikmati pengalaman, tetapi sering kali diukur melalui banyaknya destinasi yang dikunjungi dalam waktu singkat. Orientasi tersebut sejalan dengan ritme kehidupan modern yang menekankan produktivitas dan percepatan waktu, sehingga pengalaman wisata berpotensi kehilangan makna yang lebih mendalam.

Fenomena tersebut juga terlihat pada perkembangan pariwisata di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi DI Yogyakarta (2025) menunjukkan bahwa jumlah perjalanan wisatawan domestik selama periode 2021-2025 mengalami kecenderungan meningkat seiring pulihnya sektor pariwisata pascapandemi. Pada Maret 2025, rata-rata lama menginap wisatawan domestik tercatat hanya 1,52 malam di hotel berbintang dan 1,23 malam di hotel nonbintang. Durasi kunjungan yang relatif singkat menunjukkan bahwa sebagian besar wisatawan masih melakukan perjalanan dengan tempo cepat, sehingga kesempatan untuk berinteraksi secara mendalam dengan masyarakat lokal, budaya, maupun lingkungan destinasi menjadi terbatas.

Kondisi tersebut berkaitan dengan gaya hidup masyarakat modern yang semakin dipengaruhi oleh tuntutan efisiensi dan produktivitas. Dalam kajian perilaku konsumen, gaya hidup dipahami sebagai pola hidup yang mencerminkan aktivitas, minat, dan opini individu serta menjadi representasi nilai dan identitas diri (Kotler & Keller, 2017). Seiring meningkatnya tekanan kehidupan modern, berkembang konsep *slow living* sebagai respons terhadap budaya percepatan (*culture of speed*). *slow living* menekankan kesadaran, keseimbangan, serta kualitas pengalaman dibandingkan kecepatan dan kuantitas aktivitas (Honoré, 2004). Parkins & Craig (2006) menjelaskan bahwa *slow living* merupakan orientasi hidup yang mendorong individu untuk membangun kembali relasi dengan waktu, ruang, dan aktivitas sehari-hari secara lebih reflektif, sedangkan Fullagar dkk. (2012) menegaskan bahwa konsep tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif dan kualitas pengalaman hidup.

Nilai-nilai *slow living* tidak hanya memengaruhi kehidupan sehari-hari, tetapi juga berpotensi membentuk cara individu melakukan perjalanan wisata. Perkembangan tersebut melahirkan konsep *slow tourism*, yaitu pendekatan pariwisata yang menekankan pengalaman yang lebih mendalam, ritme perjalanan yang lebih lambat, serta keterhubungan yang lebih kuat dengan masyarakat lokal, budaya, dan lingkungan destinasi (Dickinson & Lumsdon, 2012). *Slow tourism* dipandang sebagai alternatif terhadap praktik pariwisata massal yang berorientasi pada efisiensi waktu dan intensitas kunjungan. Pendekatan ini memungkinkan wisatawan memperoleh pengalaman yang lebih reflektif, autentik, dan bermakna melalui keterlibatan langsung dengan kehidupan lokal (Conway & Timms, 2010; Fullagar dkk., 2012).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji *slow living* maupun *slow tourism* dari berbagai perspektif. Sebagian besar penelitian mengenai *slow living* berfokus pada kesejahteraan, kualitas hidup, serta respons terhadap budaya percepatan, sedangkan penelitian *slow tourism* lebih banyak membahas pengembangan destinasi, keberlanjutan, maupun karakteristik produk wisata. Dengan demikian, hubungan antara nilai-nilai *slow living* dengan pengalaman *slow tourism* dari perspektif pengalaman subjektif pelaku pariwisata masih relatif jarang dikaji. Padahal, pengalaman *slow tourism* pada dasarnya merupakan refleksi dari cara individu memaknai waktu, aktivitas, serta relasinya dengan lingkungan dan masyarakat lokal.

Desa Wisata Sidorejo, Kabupaten Kulon Progo, dipilih sebagai lokasi penelitian karena menawarkan aktivitas wisata berbasis kearifan lokal yang memberikan ruang bagi wisatawan untuk menikmati perjalanan dengan tempo yang lebih santai, berinteraksi dengan masyarakat, serta terlibat dalam berbagai aktivitas budaya dan kehidupan sehari-hari masyarakat desa. Karakteristik tersebut menjadikan Desa Wisata Sidorejo sebagai konteks yang relevan untuk memahami bagaimana nilai-nilai *slow living* dimaknai melalui pengalaman *slow tourism*.

Desa Wisata Sidorejo merupakan salah satu desa wisata di Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta, yang mengembangkan konsep pariwisata berbasis kearifan lokal, budaya, dan wellness. Berbagai aktivitas wisata yang ditawarkan, seperti pengenalan etnomedisin melalui pengolahan jamu tradisional, wisata pertanian, interaksi dengan kehidupan masyarakat, serta pengalaman budaya lokal, memberikan kesempatan bagi wisatawan untuk menikmati perjalanan secara lebih perlahan dan bermakna. Wisatawan tidak hanya berperan sebagai pengunjung, tetapi juga terlibat secara langsung dalam berbagai aktivitas yang memungkinkan terbangunnya interaksi dengan masyarakat dan lingkungan sekitar. Karakteristik tersebut mencerminkan prinsip-prinsip *slow tourism* yang menekankan kualitas pengalaman, kedekatan dengan budaya lokal, serta penghargaan terhadap waktu dan proses dalam berwisata. Oleh karena itu, Desa Wisata Sidorejo menjadi konteks yang relevan untuk mengkaji bagaimana nilai-nilai *slow living* dimaknai dan diwujudkan melalui pengalaman *slow tourism* oleh pengelola maupun wisatawan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis relasi pemaknaan gaya hidup *slow living* melalui pengalaman *slow tourism* di Desa Wisata Sidorejo dari perspektif pengelola dan wisatawan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian *slow tourism* dengan menempatkan pengalaman subjektif sebagai fokus utama analisis, sekaligus memperkaya pemahaman mengenai hubungan antara nilai-nilai *slow living* dan praktik *slow tourism* dalam konteks desa wisata berbasis kearifan lokal.

Konsep gaya hidup *slow living* berkembang sebagai respons terhadap kehidupan modern yang ditandai oleh percepatan ritme aktivitas, tuntutan produktivitas tinggi, serta pola konsumsi berlebihan. Thomaz dkk., (2023) melalui *systematic literature review* menjelaskan bahwa gaya hidup *slow living* dipahami sebagai upaya memperlambat tempo kehidupan dalam berbagai dimensi sebagai bentuk resistensi terhadap budaya serba cepat. Ranuhandoko dkk., (2025) menunjukkan bahwa nilai *slow living* dapat diwujudkan secara nyata melalui kesederhanaan hidup, pengelolaan waktu yang reflektif, serta keharmonisan dengan alam, sebagaimana terlihat pada kehidupan masyarakat Kampung Naga. Temuan ini menegaskan bahwa *slow living* bukan sekadar tren gaya hidup urban, tetapi merupakan orientasi nilai yang berakar pada kesadaran hidup berkelanjutan.

Pada level individual, *slow living* dimaknai sebagai perjalanan reflektif untuk menerima kehidupan secara utuh dan menikmati momen. Larasati dkk., (2023) memandang *slow living* sebagai proses mengenali diri, mengurangi tekanan sosial terhadap pencapaian material, serta membangun makna hidup ditengah budaya serba cepat. Dimensi spiritual turut memperkaya pemaknaan ini. Muchtar (2025) menemukan bahwa generasi Z muslim memaknai *slow living* sebagai bentuk kesadaran religius yang tercermin dalam nilai qana'ah, muhasabah, serta penghindaran perilaku konsumtif seperti israf dan tabdzir. Anggraini (2025) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa generasi Z mengintegrasikan prinsip etika bisnis Islam, kejujuran, keadlian, moderasi dan tanggung jawab sosial kedalam praktik *slow living*, khususnya dalam perilaku konsumsi dan ekonomi.

Secara konseptual, Balaban dan Keller (2024) serta Jitendra dkk., (2023) menegaskan bahwa baik *slow living* maupun *slow tourism* belum memiliki definisi tunggal yang disepakati secara universal. Namun, keduanya secara umum dipahami sebagai pendekatan hidup dan perjalanan yang menekankan perlambatan ritme, pengalaman mendalam, emisi karbon rendah,

serta pemulihan fisik dan psikologis. Ketidakseragaman definisi ini menunjukkan bahwa *slow living* merupakan fondasi nilai yang kemudian diterjemahkan secara kontekstual ke dalam pengalaman *slow tourism*.

Dalam ranah pariwisata, Yogaswara & Rahma (2025) melalui analisis bibliometrik menunjukkan bahwa *slow tourism* berkembang pesat sejak 2009 dan diposisikan sebagai pendekatan penting dalam mendukung Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). Klarin dkk., (2023) memetakan kajian *slow tourism* kedalam empat klaster utama, yakni keberlanjutan, aspek sosial, dan perpektif wisatawan, sekaligus menegaskan pertumbuhan signifikan publikasi di bidang ini. Manthiou (2025) bahkan menempatkan *slow tourism* sebagai bentuk pariwisata transformasional yang tidak hanya berorientasi pada rekreasi, tetapi juga pada perubahan nilai dan kesadaran wisatawan.

Relasi *slow living* dan *slow tourism* terlihat pada bagaimana wisatawan membawa nilai-nilai kehidupan lambat ke dalam pengalaman perjalanan. Berlian (2025) menemukan bahwa pengalaman *slow tourism* ditandai oleh pelambatan tempo, keterlibatan emosional, dan refleksi diri yang meningkatkan kesejahteraan subjektif serta membentuk kenangan jangka panjang. Xu dan Chia (2025) menunjukkan bahwa keterikatan emosional wisatawan terhadap destinasi dibangun melalui stimulus lingkungan alam, sosial, dan budaya yang memunculkan proses *healing*, rekonstruksi ruang-waktu, serta sikap anti-konsumerisme, nilai-nilai yang sejalan dengan prinsip *slow living*.

Polo-Peña dkk., (2025) membuktikan bahwa citra "*slow destination*" berkontribusi positif terhadap kesejahteraan wisatawan, baik di destinasi pesisir maupun perdesaan. Sementara itu, Tsegaw (2023) mengelompokkan wisatawan *slow tourism* ke dalam empat segmen utama, yakni *escape seekers*, *want-it-all seekers*, *novelty seekers* dan *passive seekers*, yang menunjukkan keberagaman motivasi dalam mengadopsi perjalanan lambat. Dalam konteks geowisata, Fusté-Forné (2023) menemukan bahwa motivasi *discovery*, *engagement*, *relaxation*, dan *self-reflection* muncul secara simultan, memperlihatkan bahwa *slow tourism* menjadi medium aktualisasi nilai *slow living*.

Dalam konteks Indonesia, Mardiah dkk., (2024) menyoroti perbedaan orientasi antara pariwisata konvensional yang menekankan kuantitas kunjungan dan *slow tourism* yang berfokus pada kualitas pengalaman. Integrasi kedua pendekatan tersebut dipandang penting untuk menciptakan hubungan yang lebih seimbang antara wisatawan, masyarakat lokal, dan lingkungan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naturalistik untuk memahami bagaimana pengelola dan wisatawan memaknai gaya hidup *slow living* melalui pengalaman *slow tourism* di Desa Wisata Sidorejo, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Pendekatan naturalistik dipilih karena memungkinkan peneliti mengkaji fenomena secara alamiah sesuai dengan kondisi di lapangan tanpa melakukan manipulasi. Melalui pendekatan ini, peneliti menggali pengalaman, pandangan, dan pemaknaan pengelola serta wisatawan terhadap aktivitas wisata berbasis budaya, *wellness*, etnomedisin, dan kearifan lokal.

Informan penelitian terdiri atas pengelola Desa Wisata Sidorejo dan wisatawan yang pernah mengikuti aktivitas wisata di desa tersebut. Penentuan informan dilakukan menggunakan teknik *snowball sampling*, yang diawali dari informan kunci, yaitu Ketua Desa Wisata Sidorejo, kemudian berkembang melalui rekomendasi informan hingga mencapai kejenuhan data (*data saturation*). Kriteria informan meliputi: (1) pengelola yang terlibat dalam penyelenggaraan aktivitas wisata, (2) wisatawan yang memiliki pengalaman mengikuti aktivitas wisata di Desa Wisata Sidorejo, dan (3) bersedia memberikan informasi sesuai dengan fokus penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*), observasi, dan dokumentasi. Wawancara menggunakan pedoman semi-terstruktur sehingga memungkinkan peneliti menggali pengalaman, pandangan, dan pemaknaan informan secara lebih mendalam mengenai gaya hidup *slow living*, pengalaman *slow tourism*, serta hubungan antara kedua konsep tersebut. Observasi dilakukan terhadap aktivitas wisata, interaksi antara pengelola dan wisatawan, serta kondisi lingkungan yang mendukung pengalaman wisata. Dokumentasi berupa foto, catatan lapangan, dan dokumen pendukung digunakan untuk memperkuat hasil penelitian.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari pengelola dan wisatawan, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, interpretasi temuan dikaitkan dengan teori serta hasil penelitian terdahulu sehingga meningkatkan kredibilitas dan keterpercayaan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perjalanan Tanpa Ketergesa-gesaan dan Penggunaan Waktu Secara Berkualitas

Berdasarkan hasil wawancara, relasi konsep gaya hidup *slow living* dengan *slow tourism* terlihat melalui pengalaman perjalanan yang dilakukan tanpa ketergesa-gesaan serta penggunaan waktu yang memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk menikmati setiap aktivitas secara lebih utuh. Dalam konteks ini, waktu tidak dipahami semata-mata sebagai durasi yang harus dioptimalkan untuk mengunjungi sebanyak mungkin tempat, tetapi sebagai ruang yang memungkinkan wisatawan mengikuti setiap rangkaian kegiatan secara lebih tenang, menikmati proses, serta memperoleh pengalaman yang lebih mendalam. Relasi tersebut muncul baik dari perspektif pengelola yang merancang pengalaman wisata maupun dari perspektif wisatawan yang mengikuti setiap aktivitas di Desa Wisata Sidorejo.

Hal tersebut disampaikan oleh salah satu pengelola Desa Wisata Sidorejo sebagai berikut.

"Kalau menurut saya ya, soalnya karena biasanya kita kalau untuk mengadakan suatu kegiatan *wellness* gitu, kita menekankan sama wisatawan itu kalau kita itu tidak bisa melakukan kegiatan *wellness* yang diburu-buru gitu, buru waktu gitu. Jadi memang kegiatan wisata yang ada di sini didesain untuk lebih mengedepankan kualitas itu tadi. Jadi ada tamu yang ke sini itu mereka enggak hanya cuma berkunjung aja, tapi bisa mengambil banyak pengetahuan, banyak kebaikan diri." (Tanti, Pengelola)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan waktu dipandang sebagai bagian penting dalam membangun pengalaman wisata. Bagi Tanti, kegiatan *wellness* tidak diarahkan untuk menyelesaikan seluruh agenda dalam waktu sesingkat mungkin, melainkan memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk mengikuti setiap aktivitas secara lebih tenang. Waktu yang tersedia memungkinkan wisatawan memperoleh pengetahuan, memahami nilai-nilai yang disampaikan selama kegiatan berlangsung, serta merasakan manfaat dari setiap pengalaman yang dijalani. Dengan demikian, kualitas pengalaman menjadi lebih diutamakan dibandingkan kecepatan dalam menyelesaikan rangkaian kegiatan wisata.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Parkins & Craig (2006) yang menjelaskan bahwa *slow living* merupakan orientasi hidup yang menekankan pengelolaan ritme secara sadar serta penghargaan terhadap kualitas pengalaman dibandingkan kecepatan dan kuantitas aktivitas. Dalam konteks pariwisata, nilai tersebut tercermin melalui perjalanan yang memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk menikmati proses, memahami aktivitas, dan membangun hubungan yang lebih dekat dengan destinasi. Hasil penelitian ini juga mendukung pandangan Dickinson & Lumsdon (2012) yang menyatakan bahwa *slow tourism* mengubah orientasi wisatawan terhadap waktu, yaitu dari upaya mengunjungi sebanyak mungkin destinasi menjadi upaya membangun pengalaman yang lebih mendalam melalui keterlibatan dengan tempat, budaya, dan masyarakat lokal. Oleh karena itu, pengaturan tempo perjalanan di Desa Wisata

Sidorejo menunjukkan bahwa kualitas penggunaan waktu menjadi elemen penting dalam mewujudkan pengalaman *Slow tourism* yang selaras dengan nilai-nilai *slow living*.



Gambar 1 aktivitas menggrat lontar sebagai pengalaman wisata yang dilakukan secara perlahan dan penuh ketelitian

Sumber: Instagram Desa Wisata Sidorejo, 2026

Orientasi pada Kualitas dan Kedalaman Pengalaman

Hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi antara gaya hidup *slow living* dan pengalaman *slow tourism* di desa wisata sidorejo juga tercermin melalui kedalaman pengalaman serta keterlibatan wisatawan dalam setiap aktivitas wisata. Pengalaman yang diperoleh wisatawan tidak hanya berasal dari kegiatan melihat atau mengunjungi suatu daya tarik, tetapi juga dari kesempatan untuk mengikuti proses, memperoleh pengetahuan, serta berinteraksi secara langsung dengan pengelola dan masyarakat lokal. Aktivitas seperti pembacaan *wuku*, pembuatan jamu, *Nyerat Rahsa*, dan Yoga Samadhi memberikan ruang bagi wisatawan untuk terlibat secara aktif sehingga pengalaman yang diperoleh menjadi lebih bermakna dibandingkan sekadar menikmati hasil akhir dari suatu aktivitas. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas pengalaman dibangun melalui keterlibatan langsung wisatawan dalam proses pembelajaran dan praktik budaya yang berkembang di Desa Wisata Sidorejo. Hal tersebut tercermin dari pernyataan salah satu wisatawan berikut.

"Kalau saya pribadi, mungkin kebanyakan orang ya, Mbak, yang punya aktivitas padat, yang ketemu orang, hiruk-pikuk pekerjaan yang berat, memang cenderung seharusnya atau lebih seringnya itu kita mencari tempat-tempat yang lebih slow, lebih tenang. Kemudian kita mengikuti kegiatan wisata atau liburan itu dengan tidak tergesa-gesa. Karena biasanya saya di satu hari weekend atau libur panjang, biasanya memang menunjuk satu destinasi saja, dan itu saya fokuskan. Dan memang kalau bisa destinasi itu bukan destinasi yang ramai, sehingga saya bisa menikmatinya dalam satu hari di satu destinasi itu saja menyeluruh, kemudian saya mendapatkan output yang baik dari destinasi itu." (Achlis, Wisatawan)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa Achlis lebih mengutamakan kualitas pengalaman dibandingkan banyaknya destinasi yang dikunjungi. Pemusatan perhatian pada satu tempat memberikan kesempatan untuk menikmati seluruh rangkaian aktivitas secara lebih menyeluruh sehingga pengalaman yang diperoleh terasa lebih bermakna.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Parkins & Craig (2006) yang menjelaskan bahwa *slow living* menekankan penghargaan terhadap proses dan kualitas pengalaman dibandingkan pencapaian hasil secara cepat. Nilai tersebut diwujudkan dalam pengalaman wisata ketika wisatawan diberikan kesempatan untuk mengikuti setiap tahapan kegiatan secara utuh, memahami makna yang terkandung di dalamnya, serta membangun keterhubungan dengan aktivitas yang dilakukan. Selain itu, Dickinson & Lumsdon (2012) menyatakan bahwa *slow tourism* menempatkan keterlibatan wisatawan dengan destinasi sebagai unsur penting dalam membentuk pengalaman yang berkualitas. Hasil penelitian ini juga mendukung pandangan Fusté-Forné (2023) yang menjelaskan bahwa pengalaman wisata menjadi lebih autentik ketika wisatawan tidak hanya mengonsumsi daya tarik wisata, tetapi turut berpartisipasi dalam aktivitas budaya dan kehidupan masyarakat lokal. Oleh karena itu, kedalaman pengalaman di

Desa Wisata Sidorejo menunjukkan bahwa praktik *slow tourism* tidak hanya diwujudkan melalui ritme perjalanan yang lebih santai, tetapi juga melalui keterlibatan aktif wisatawan dalam proses belajar, berinteraksi, dan memahami karakter destinasi.



Gambar 2 aktivitas meramu jamu sebagai pengalaman pembelajaran berbasis kearifan lokal di Desa Wisata Sidorejo.

Sumber: Dokumentasi Wisatawan tahun 2025, 2026.

Keterlibatan Mendalam dengan Budaya Lokal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi antara gaya hidup *slow living* dan pengalaman *slow tourism* juga tercermin melalui keterlibatan wisatawan dengan budaya, masyarakat, dan lingkungan lokal di Desa Wisata Sidorejo. Pengalaman wisata tidak hanya dipahami sebagai aktivitas mengunjungi suatu destinasi, tetapi juga sebagai kesempatan untuk mengenal identitas lokal melalui interaksi dengan masyarakat, mengikuti aktivitas budaya, serta memahami pengetahuan tradisional yang berkembang di desa wisata. Berbagai kegiatan seperti pembacaan *wuku*, pembuatan jamu, *Nyerat Rahsa*, dan kunjungan ke Museum Pawukon memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk mengenal nilai-nilai budaya secara lebih kontekstual melalui pengalaman langsung. Kondisi tersebut menjadikan wisatawan tidak hanya sebagai pengunjung, tetapi juga sebagai peserta yang terlibat dalam proses pembelajaran dan interaksi dengan masyarakat lokal.

Hal tersebut disampaikan oleh salah satu pengelola sebagai berikut.

"Kalau berinteraksi dengan masyarakat mungkin beberapa ya Mbak ya. Kalau kan ke depan kan kita tetap mau menanam benih jamu, Pawukon, atau jamu wuku, itu kan ada 99, nah itu kita akan kepinginnya kita bekerja sama dengan KWT setempat, KWT di Dusun Kuaran ini. Eh, itu nanti ke depannya biar wisatawan itu dia mencari sendiri bahannya, terus nanti baru dibawa ke tempat jamu wuku itu, baru kita pipis atau kita tumbuk. Jadi kepinginnya setelah membaca karakter, nanti kita kasih kartu wuku, terus kita lihat, 'oh ini loh jamu itu bahannya A, B, C, D, E, carilah di demplot yang ada di sana.' Nanti beliaunya jalan kaki, terus di demplot itu dia mencari, terus nanti kerja sama sama ibu KWT-nya." (Ikhsan, Pengelola)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman wisata yang dirancang tidak berhenti pada proses meramu jamu, tetapi juga melibatkan wisatawan sejak tahap pencarian bahan. Kegiatan tersebut memberikan kesempatan bagi wisatawan untuk mengenal tanaman herbal, berinteraksi dengan kelompok wanita tani (KWT), serta memahami proses pengolahan jamu melalui pengalaman secara langsung. Dengan demikian, keterlibatan wisatawan tidak hanya terjadi melalui aktivitas budaya, tetapi juga melalui interaksi dengan masyarakat dan lingkungan lokal yang menjadi bagian dari pengalaman *slow tourism*.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Fullagar dkk. (2012) yang menjelaskan bahwa nilai *slow living* mendorong individu membangun hubungan yang lebih bermakna dengan lingkungan, masyarakat, dan ruang tempat mereka beraktivitas. Dalam konteks pariwisata, hubungan tersebut diwujudkan melalui keterlibatan wisatawan dalam kehidupan lokal sehingga pengalaman wisata tidak hanya bersifat konsumtif, tetapi juga partisipatif. Selain itu, Dickinson & Lumsdon (2012) menjelaskan bahwa *slow tourism* menempatkan keterhubungan dengan tempat dan masyarakat sebagai unsur penting dalam membangun kualitas pengalaman wisata. Temuan penelitian ini juga mendukung Fusté-Forné (2023) yang menyatakan bahwa pengalaman wisata akan menjadi lebih autentik ketika wisatawan memperoleh kesempatan untuk mengenal budaya, pengetahuan, serta kehidupan masyarakat lokal melalui interaksi secara langsung. Oleh karena itu, keterhubungan dengan budaya, masyarakat, dan lingkungan lokal di Desa Wisata Sidorejo menunjukkan bahwa pengalaman *slow tourism* tidak hanya dibangun melalui tempo perjalanan yang lebih santai, tetapi juga melalui hubungan yang lebih mendalam antara wisatawan dengan karakter lokal destinasi.



Gambar 3 wisatawan mengenal bahan-bahan herbal dan mencicipi jamu sebagai bagian dari pengalaman berbasis kearifan lokal di Desa Wisata Sidorejo.

Sumber: Instagram Desa Wisata Sidorejo, 2026

Kedekatan dengan Alam dan Pencarian Ketenangan

Berdasarkan hasil wawancara, relasi konsep *slow living* dengan *slow tourism* juga tercermin melalui pengalaman wisata yang memungkinkan wisatawan menikmati kedekatan dengan alam serta merasakan suasana yang tenang selama berada di Desa Wisata Sidorejo. Lingkungan pedesaan dengan hamparan persawahan, udara yang sejuk, ritme aktivitas yang tidak terburu-buru, serta suasana yang jauh dari hiruk-pikuk perkotaan menjadi bagian dari pengalaman yang dirasakan baik oleh pengelola maupun wisatawan. Kondisi tersebut memberikan kesempatan bagi wisatawan untuk menikmati waktu secara lebih santai, beristirahat dari rutinitas sehari-hari, serta memperoleh ketenangan selama mengikuti berbagai aktivitas wisata.

Hal tersebut diungkapkan oleh salah satu wisatawan sebagai berikut.

"Tenang mbak suasana pedesaannya ini sih bikin enjoy, anginnya sepoi sepoi bikin rileks, ini kalau ada paketan spa sih enak banget ya mbak, misal spa dipinggir sawah ini."

(Hapid, Wisatawan)

Pengalaman ketenangan dirasakan oleh Hapid selama mengikuti kegiatan di Desa Wisata Sidorejo. Menurutnya, suasana pedesaan yang masih alami menjadi salah satu hal yang paling memberikan kesan selama berwisata. Selain ritme kegiatan yang tidak terburu-buru, kondisi lingkungan dengan udara yang sejuk turut mendukung terciptanya pengalaman yang lebih rileks.

Sebelumnya, Hapid juga menjelaskan bahwa selama mengikuti rangkaian kegiatan di Desa Wisata Sidorejo dirinya tidak merasakan adanya tekanan waktu. Meskipun terdapat *rundown* kegiatan, seluruh aktivitas tetap berlangsung dengan santai sehingga wisatawan memiliki kesempatan untuk menikmati setiap pengalaman yang diberikan.

"Santai mbak, soalnya kayanya mas masnya walaupun ada rundown tapi tidak buru-buru juga soalnya tadi pembacaan wukunya kan cukup lama lewat estimasi waktu tapi tidak apa-apa jadi tadi yang sudah ada yang bisa langsung minum jamu, yang mau tanya lebih dalam juga dipersilahkan."

(Hapid, Wisatawan)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman ketenangan di Desa Wisata Sidorejo tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan alam yang masih asri, tetapi juga oleh cara aktivitas wisata dikelola. Wisatawan diberikan ruang untuk menikmati suasana pedesaan, merasakan udara yang sejuk, serta mengikuti setiap aktivitas tanpa tekanan waktu. Kondisi tersebut memungkinkan wisatawan memperoleh pengalaman yang lebih nyaman dan rileks selama berada di destinasi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Woods (2023) yang menjelaskan bahwa *slow living* mendorong individu membangun kesadaran diri melalui pengelolaan ritme kehidupan yang lebih seimbang. Kesadaran tersebut memungkinkan individu lebih menghargai pengalaman yang sedang dijalani dan tidak terus-menerus terdorong oleh tuntutan produktivitas. Dalam konteks pariwisata, Dickinson & Lumsdon (2012) menjelaskan bahwa *slow tourism* memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk membangun hubungan yang lebih bermakna dengan waktu dan tempat melalui pengalaman yang berlangsung secara lebih sadar. Hasil penelitian ini juga mendukung Fusté-Forné (2023) yang menyatakan bahwa pengalaman wisata yang melibatkan budaya, lingkungan, dan aktivitas lokal dapat menghasilkan pengalaman yang lebih personal dan reflektif. Oleh karena itu, ketenangan, kesadaran diri, dan refleksi yang muncul selama mengikuti aktivitas di Desa Wisata Sidorejo menunjukkan bahwa praktik *slow tourism* tidak hanya berorientasi pada aktivitas wisata, tetapi juga pada pembentukan pengalaman yang memberikan makna bagi kehidupan wisatawan setelah perjalanan berakhir.



Gambar 4 Suasana pedesaan dan aktivitas menikmati lingkungan alam sebagai sebagian dari pengalaman ketenangan di Desa Wisata Sidorejo.

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2026

Refleksi dan Pembelajaran melalui Pengalaman Wisata

Berdasarkan hasil wawancara, relasi konsep gaya hidup *slow living* dengan *slow tourism* juga terlihat melalui pengalaman wisata yang memberikan ruang bagi wisatawan untuk melakukan refleksi dan memperoleh pembelajaran. Kegiatan seperti pembacaan wuku, peracikan jamu, serta pengenalan budaya lokal tidak hanya memberikan pengalaman rekreasi, tetapi juga membantu wisatawan mengenali diri, memperoleh pengetahuan baru, serta memaknai pengalaman yang dijalani selama berada di Desa Wisata Sidorejo.

Hal tersebut diungkapkan oleh salah satu wisatawan sebagai berikut.

"Oh, ya tentu saja iya. Karena kan ini hal baru ya, kita dibaca dan tidak hanya dibaca, tapi ada beberapa itu diberi... refleksi itu tadi disampaikan.... Kita tidak hanya dikasih masukan, tapi kita dibacain, di-assess dulu gitu loh. Dinilai dulu gitu kan. Baru kita dikasih masukan."

(Aditha, Wisatawan)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembacaan wuku menjadi media refleksi yang bersifat personal. Wisatawan tidak hanya memperoleh informasi mengenai karakter dirinya, tetapi juga menerima masukan yang dapat dijadikan bahan evaluasi dan pemahaman diri setelah mengikuti kegiatan tersebut.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Parkins & Craig (2006) yang menjelaskan bahwa *slow living* merupakan orientasi hidup yang menekankan pengelolaan ritme secara sadar serta penghargaan terhadap kualitas pengalaman. Dickinson & Lumsdon (2012) juga menjelaskan bahwa *slow tourism* memberikan kesempatan kepada wisatawan untuk membangun hubungan yang lebih dekat dengan tempat, budaya, dan masyarakat melalui pengalaman yang lebih mendalam. Lebih lanjut, Xu & Chia (2025) menegaskan bahwa pengalaman *slow tourism* yang autentik dan bermakna berpotensi menghasilkan perubahan dalam cara individu memaknai pengalaman perjalanan. Hasil penelitian ini memperluas pemahaman tersebut dengan menunjukkan bahwa pengalaman *slow tourism* tidak hanya menjadi bentuk implementasi nilai *slow living*, tetapi juga dapat menjadi media pembelajaran yang memperkuat nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, hubungan antara *slow living* dan *slow tourism* bersifat dua arah, di mana keduanya saling memengaruhi dalam membentuk pengalaman wisata yang lebih sadar, reflektif, dan bermakna.



Gambar 5 wisatawan mengikuti pembacaan wuku sebagai bagian dari pengalaman refleksi dan pembelajaran di Desa Wisata Sidorejo

Sumber: Instagram Desa Wisata Sidorejo, 2026

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi antara gaya hidup *slow living* dan pengalaman *slow tourism* di desa wisata sidorejo dibangun melalui lima aspek utama, yaitu pengaturan tempo perjalanan, kedalaman pengalaman, keterhubungan dengan budaya dan masyarakat lokal, ketenangan dan refleksi, serta pengalaman wisata sebagai ruang penguatan nilai *slow living*. Kelima aspek tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman *slow tourism* tidak hanya ditentukan oleh lamanya waktu perjalanan, tetapi oleh kualitas keterlibatan wisatawan dalam setiap aktivitas yang dijalani. Temuan ini memperkaya kajian *slow tourism* dengan menegaskan bahwa nilai-nilai *slow living* tidak hanya menjadi latar belakang preferensi wisatawan, tetapi juga dapat berkembang melalui pengalaman wisata yang memberikan ruang bagi pembelajaran, refleksi, dan interaksi dengan budaya lokal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa *slow living* dan *slow tourism* memiliki hubungan timbal balik dalam pengalaman wisata di Desa Wisata Sidorejo. Nilai-nilai *slow living*, seperti pengelolaan ritme secara sadar, penghargaan terhadap proses, kedekatan dengan alam, dan pengutamaan kualitas pengalaman, memengaruhi cara wisatawan memilih, menjalani, dan memaknai perjalanan. Nilai tersebut diwujudkan melalui perjalanan tanpa ketergesa-gesaan, keterlibatan langsung dalam aktivitas budaya dan kehidupan masyarakat, pengalaman *wellness*, serta proses pembelajaran dan refleksi. Sebaliknya, pengalaman *slow tourism* memperkuat pemahaman wisatawan terhadap nilai-nilai *slow living*. Dengan demikian, *slow tourism* tidak hanya ditentukan oleh durasi atau lambatnya perjalanan, tetapi terutama oleh kualitas penggunaan waktu, kedalaman keterlibatan, interaksi dengan masyarakat lokal, dan makna yang diperoleh selama berwisata.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan destinasi desa wisata lain dengan karakteristik budaya, sosial, dan lingkungan yang berbeda agar hubungan antara *slow living* dan *slow tourism* dapat dibandingkan secara lebih luas. Peneliti juga dapat menggunakan pendekatan campuran dengan jumlah informan yang lebih beragam untuk mengukur pengaruh pengalaman *slow tourism* terhadap kesejahteraan psikologis, kepuasan, niat berkunjung kembali, dan perilaku wisata berkelanjutan. Selain itu, penelitian longitudinal diperlukan untuk mengidentifikasi perubahan pemaknaan nilai-nilai *slow living* sebelum, selama, dan setelah wisatawan mengikuti aktivitas wisata. Kajian mendatang juga dapat mengevaluasi kesiapan sumber daya manusia, kualitas pelayanan, fasilitas pendukung, dan partisipasi masyarakat dalam pengembangan *slow tourism* tanpa menghilangkan budaya, kearifan lokal, serta karakter pedesaan sebagai identitas utama destinasi.

REFERENSI

- Anggraini, M. (2025). PERILAKU SLOW LIVING GEN-Z DALAM PERSPEKTIF ETIKA BISNIS ISLAM. *Tanmiya: Journal of Sharia Business Management*, 2(1), 37–58.
- Balaban, E., & Keller, K. (2024). A systematic literature review of slow tourism. *Hungarian Geographical Bulletin*, 73(3), 303–323. <https://doi.org/10.15201/hungeobull.73.3.6>
- Berlian. (2025). Peran Slow Tourism dalam Pengalaman Berkesan dan Perilaku Wisatawa [Skripsi]. Universitas Pendidikan Indonesia.
- BPS Provinsi DI Yogyakarta. (2025). Perkembangan Pariwisata Daerah Istimewa Yogyakarta (Laporan Perkembangan Pariwisata DIY No. 28/05/34/Th. XXVI). Badan Pusat Statistik Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Conway, D., & Timms, B. F. (2010). Re-Branding Alternative Tourism in the Caribbean: The Case for ‘Slow Tourism.’ *Tourism and Hospitality Research*, 10(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.1057/thr.2010.12>
- Dickinson, J., & Lumsdon, L. (2012). *Slow travel and tourism*. Earthscan.

- Fullagar, S., Markwell, K., & Wilson, E. (2012). *Slow travel and tourism: Experiences and mobilities*. Channel View Publications.
- Fusté-Forné, F. (2023). A slow tourist in the Basque Coast Geopark (Spain). *International Journal of Geoheritage and Parks*, 11(2), 247–258. <https://doi.org/10.1016/j.ijgeop.2023.03.003>
- Honoré, C. (2004). *In praise of slow: How a worldwide movement is challenging the cult of speed*. Vintage Canada.
- Jitendra, S., Siddharth, K., & Vishvanath, S. (2023). EXPLORING THE DIMENSIONS OF SLOW TOURISM. *Academy of Entrepreneurship Journal*, 29(2).
- Klarin, A., Park, E., Xiao, Q., & Kim, S. (2023). Time to transform the way we travel?: A conceptual framework for slow tourism and travel research. *Tourism Management Perspectives*, 46, 101100. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2023.101100>
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2017). *Marketing management* (15. ed., Indian ed., 3. impr, Vol. 15). Pearson India Ed.
- Larasati, A. K., Novitasari, D., Pinandita, P. H., & Putri, A. D. A. (2023). Slow Living: Hidup Bukanlah Pelarian tapi Perjalanan. *Linteraksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 343–348.
- Manthiou, A. (2025). Slow Tourism Development and Planning: A Sustainable Form of Tourism? *Routledge Taylor& Francis Group: Tourism Planning & Development*, 22(2), 238–240. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/21568316.2025.2464984>
- Mardiah, A., Wiarta, N. G. M., Adnyana, I. M. S., Septiari, A. A. I. M., & Dusanta, I. G. M. I. (2024). Slow Tourism Concept: Strategies in Improving Tourism in Indonesia. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 6(8), 4489–4496. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v6i8.4361>
- Muchtar, E. H. (2025). Slow Living And Blessing: A Phenomenological Study Of Urban Muslim Lifestyle Of Gen-Z From Islamic Economic Perspective. *Tamwil: Jurnal Ekonomi Islam*, 111. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31958/jtm.v11i1.15303>
- Parkins, W., & Craig, G. (2006). *Slow living*. Berg. <https://doi.org/10.5040/9781350044890>
- Polo-Peña, A. I., Peco-Torres, F., Frías-Jamilena, D. M., & Coves-Martínez, Á. L. (2025). The moderating effect of tourism type on the co-creation of a “slow destination” image and on tourist well-being. *Journal of Hospitality and Tourism Insights*, 8(11), 294–314. <https://doi.org/10.1108/JHTI-02-2025-0271>
- Ranuhandoko, N. (2025). KETERKAITAN KONSEP SLOW LIVING DENGAN KEHIDUPAN MASYARAKAT KAMPUNG NAGA DI ERA MODERNISASI. 07.
- Thomaz, D. C., Prado, G. C., & UFPR. (2023). Slowing down to live with purpose: A systematic review on Slow Living. *ANAIS SDS 2023*, 135–146. <https://doi.org/10.29183/978-65-00-87779-3.sds2023.p135-146>
- Tsegaw, W. E. (2023). Slow tourism motivations: A factor/cluster segmentation approach. *Research in Hospitality Management*, 13(1), 45–54. <https://doi.org/10.1080/22243534.2023.2239582>
- Woods, H. (2023). *Slow Living The Secrets to Slowing Down and Noticing the Simple Joys Anywhere*. Mango Publishing Group, Inc.
- Xu, Q., & Chia, K. W. (2025). Beyond slowness: Exploring destination stimuli and tourists’ emotional connections in slow tourism. *Acta Psychologica*, 259, 105402. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105402>
- Yogaswara, G. B., & Rahma, N. M. (2025). SLOW TOURISM: A BIBLIOMETRIC ANALYSIS FROM 2009 TO 2025. *Seminar Nasional Pariwisata dan Kewirausahaan (SNPK)*, 4, 36–46.