

**PENGEMBANGAN PROGRAM *ECO-WELLNESS TOURISM* PADA
GENERASI Z DI KAWASAN AIR TERJUN PENDAHATAN
KABUPATEN LAHAT SUMATERA SELATAN**

GINA SAVIERA



**PROGRAM STUDI EKOWISATA
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN PROYEK AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan proyek akhir dengan judul “Pengembangan Program *Eco-Wellness Tourism* Pada Generasi Z di Kawasan Air Terjun Pendahatan Kabupaten Lahat Sumatera Selatan” arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir laporan akhir ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juni 2026

Gina Saviera
J0402221066



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

GINA SAVIERA. Pengembangan *Eco-Wellness Tourism* Pada Generasi Z di Kawasan Air Terjun Pendahatan Kabupaten Lahat Sumatera Selatan. Dibimbing oleh OCCY BONANZA.

Fenomena *healing* pada Generasi Z mendorong pertumbuhan *wellness tourism* yang tidak hanya rekreatif, tetapi juga mendukung kesehatan dan keberlanjutan. Kondisi ini membuka peluang pengembangan *eco-wellness tourism* di kawasan Air Terjun Pendahatan yang menjadi objek pengembangan wisata daerah. Penelitian ini bertujuan menganalisis potensi sumber daya wisata di kawasan Air Terjun Pendahatan, Kabupaten Lahat serta merumuskan program *eco-wellness tourism* yang sesuai dengan Generasi Z. Pendekatan *mixed-methods* diterapkan melalui studi pustaka, observasi lapangan, dan survei kuesioner terhadap responden di Kecamatan Tanjung Tebat, Kota Agung, dan Mulak Ulu. Hasil penelitian menunjukkan, Kawasan Air Terjun Pendahatan memiliki potensi sumber daya alam, budaya, dan buatan yang mendukung pengembangan *eco-wellness tourism*. Kecenderungan mengikuti tren *healing* lebih dominan pada Generasi Z usia remaja awal (14-16 tahun), sedangkan kelompok yang lebih dewasa (17-29 tahun), mempertimbangkan aspek kesehatan dalam aktivitas *healing*. Kelompok orang tua menunjukkan bahwa *healing* pada Generasi Z dipandang sebagai pengaruh dari tren. Tingkat penerimaan terhadap penerapan *eco-wellness tourism* tergolong positif pada kedua kelompok dan menghasilkan tiga program *eco-wellness tourism*, yaitu KANGEN, SKENA, dan CUAN, yang didukung oleh *e-book* panduan aktivitas. Temuan ini diharapkan dapat menjadi referensi penelitian lanjutan yang menghasilkan penelitian *eco-wellness tourism* yang komprehensif.

Kata kunci: *eco-wellness tourism*, generasi Z, *healing trend*, kawasan air terjun pendahatan, pengembangan program

ABSTRACT

GINA SAVIERA. *Development of Eco-Wellness Tourism for Generation Z in the Pendahatan Waterfall Area of Lahat Regency, South Sumatra. Supervised by OCCY BONANZA.*

The growing *healing* phenomenon among Generation Z has created opportunities for developing *wellness tourism* that promotes both health and sustainability. This study aims to analyze the tourism resource potential of the Pendahatan Waterfall area, Lahat Regency, South Sumatra, and to formulate an *eco-wellness tourism* program tailored Generation Z. A *mixed-methods* approach was employed through literature review, field observation, and questionnaire surveys. The findings reveal that the Pendahatan Waterfall area possesses diverse natural, cultural, and man-made resources that support *eco-wellness tourism* development. Early adolescents (14-16 years) were more likely to perceive *healing* as a lifestyle trend, whereas older Generation Z (17-29 years) emphasized health-related benefits in *healing* activities, and parents generally perceived Generation Z's *healing* activities as caused by social trends. Overall, respondents showed positive acceptance of the proposed *eco-wellness tourism* concept and resulting *eco-wellness* programs, KANGEN, SKENA, and CUAN, complemented by an activity guide *e-book*. These findings provide practical guidance and serve as a foundation for future *eco-wellness tourism* research.

Keywords : *eco-wellness tourism*, generation Z, *healing trend*, pendahatan waterfall area, program development.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

RINGKASAN

GINA SAVIERA. Pengembangan Program *Eco-Wellness Tourism* Pada Generasi Z di Kawasan Air Terjun Pendahatan Kabupaten Lahat Sumatera Selatan (*Development of Eco-Wellness Tourism for Generation Z in the Pendahatan Waterfall Area of Lahat Regency, South Sumatra*).

Perkembangan tren *healing* pada Generasi Z pascapandemi telah mendorong meningkatnya minat terhadap aktivitas wisata yang mendukung kesehatan mental dan fisik serta berkelanjutan. Fenomena tersebut berkontribusi terhadap pertumbuhan *wellness tourism*, namun pengembangannya di Indonesia masih terkonsentrasi pada beberapa daerah utama. Kabupaten Lahat memiliki potensi wisata alam yang belum banyak dimanfaatkan untuk mendukung sektor tersebut, khususnya Kawasan Air Terjun Pendahatan yang memiliki potensi kekayaan alam dan budaya yang mendukung pengembangan *eco-wellness tourism*. Penelitian ini bertujuan menganalisis potensi kawasan Air Terjun Pendahatan, menganalisis persepsi Generasi Z dan orang tua terhadap tren *healing* dan preferensi terhadap *eco-wellness tourism*, serta merumuskan program *eco-wellness tourism* yang relevan dengan kebutuhan kesehatan dan prinsip keberlanjutan.

Penelitian dilaksanakan pada Desember 2025 hingga Maret 2026 menggunakan pendekatan *mixed-method*. Data kualitatif diperoleh melalui observasi lapangan dan wawancara, sedangkan data kuantitatif diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada responden Generasi Z dan orang tua di Kecamatan Tanjung Tebat, Kota Agung, dan Mulak Ulu. Analisis dilakukan secara kualitatif deskriptif untuk menginterpretasikan potensi kawasan. Analisis kuantitatif deskriptif untuk persepsi responden dan preferensi aktivitas *eco-wellness tourism* yang relevan dengan kebutuhan kesehatan dan tren wisata masa kini yang tetap berkelanjutan.

Hasil penelitian menunjukkan Kawasan Air Terjun Pendahatan memiliki sumber daya wisata daya alam berupa air terjun, bebatuan, keanekaragaman flora dan fauna, sumber daya budaya berupa cerita lokal, kearifan lokal, serta kuliner tradisional, dan sumber daya buatan berupa jalur wisata, area terbuka, serta kawasan perkebunan yang dapat dimanfaatkan untuk atraksi wisata. Survei memperlihatkan bahwa Generasi Z remaja awal (14-16 tahun) cenderung memandang *healing* sebagai bagian dari tren sosial, sedangkan kelompok yang lebih dewasa (17-29 tahun) lebih condong pada faktor kesehatan. Kelompok orang tua menilai aktivitas *healing* sebagai fenomena yang dipengaruhi tren, meskipun demikian, kedua kelompok memberikan respon positif terhadap pengembangan *eco-wellness tourism*. Hasil integrasi potensi kawasan, persepsi masyarakat, dan preferensi aktivitas menghasilkan rancangan program *eco-wellness tourism* KANGEN, SKENA, dan CUAN yang menekankan manfaat kesehatan, pelestarian lingkungan, pengalaman wisata yang bermakna serta dilengkapi dengan *e-book* panduan. Program tersebut diharapkan dapat menjadi acuan bagi pengelola dan pemerintah di Kabupaten Lahat serta menjadi referensi penelitian pengembangan *eco-wellness tourism* pada destinasi daerah lainnya yang lebih komprehensif.

Kata kunci : *eco-wellness tourism*, generasi Z, *healing trend*, kawasan air terjun pendahatan, pengembangan program



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGEMBANGAN PROGRAM *ECO-WELLNESS TOURISM* PADA GENERASI Z DI KAWASAN AIR TERJUN PENDAHATAN KABUPATEN LAHAT SUMATERA SELATAN

GINA SAVIERA

Laporan Proyek Akhir
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan
Program Studi Ekowisata
Sekolah Vokasi IPB University

**PROGRAM STUDI EKOWISATA
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Penguji Pada Laporan Proyek Akhir : Dr. Rini Untari., S.Hut., M.Si.

Perpustakaan IPB University

Judul Proyek Akhir : Pengembangan Program *Eco-Wellness Tourism* Pada
Generasi Z di Kawasan Air Terjun Pendahatan
Kabupaten Lahat Sumatera Selatan

Nama : Gina Saviera
NIM : J0402221066

Disetujui Oleh

Pembimbing :
Dr. Occy Bonanza, SP., M.T.



Diketahui Oleh

Kepala Program Studi :
Kania Sofiantina Rahayu, S.I.Kom., M.Par., M.T.H.M.
NPI.201807198501202001



Dekan Sekolah Vokasi :
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T.
NIP.196607171992031003



Tanggal Ujian : 06 Juli 2026

Tanggal Lulus :



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan kasih sayang Nya, laporan proyek akhir yang berjudul “Pengembangan Program *Eco-Wellness Tourism* Pada Generasi Z di Kawasan Air Terjun Pendahatan Kabupaten Lahat Sumatera Selatan” dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Penelitian berlangsung selama periode Desember–Maret yang berlokasi di Kawasan Air Terjun Pendahatan, Desa Air Puar, Kecamatan Mulak Ulu, Kabupaten Lahat, Provinsi Sumatera Selatan serta disusun berdasarkan data primer dan sekunder hingga menghasilkan hasil penelitian yang menjawab rumusan masalah yang terdapat pada penelitian. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua penulis, yaitu Bapak Candra dan Ibunda, yang penulis sangat cintai dengan sepenuh hati yang telah bekerja keras, memberikan dukungan, dan pendidikan yang terbaik bagi penulis.
2. Keluarga besar penulis, paman, bibi, dan saudara yang telah bekerja keras memberikan dukungan, doa, dan pengarahan bagi penulis selama proses pendidikan di Sekolah Vokasi IPB University.
3. Dr. Occy Bonanza SP., M.T., selaku dosen pembimbing Proyek Akhir (PA) penulis yang telah membimbing dan memberikan arahan, motivasi, serta saran dalam penyelesaian penelitian.
4. Seluruh dosen Program Studi Ekowisata yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, serta motivasi yang sangat berarti dalam proses pendidikan yang dilewati selama ± 4 tahun.
5. Kepala Dinas Pariwisata Lahat, Bapak Djon Kennedy, S.E., Mentor Lapangan Ibu Desi Miana, S.E., beserta staf Dinas Pariwisata Lahat lainnya yang telah memberikan izin, ilmu, dan arahan yang baik selama melaksanakan PKL hingga menuju perumusan proyek akhir
6. Kepala desa dan pihak pengelola destinasi Air Terjun Pendahatan yang telah memberikan izin serta mempermudah penulis selama melakukan penelitian.
7. Diri sendiri yang telah berjuang dan selalu bekerja keras menyelesaikan setiap rintangan serta semangat menggapai impian.
8. Sahabat-sahabat penulis selama masa perkuliahan, yaitu Nada, Radinda, Livya, Ananda, kak Nadia, kak Ibel, dan sahabat lain di semester 6 yang telah menjadi teman belajar sekaligus pendukung sejak masa perkuliahan hingga sekarang
9. Teman-teman seangkatan 59 yang telah memberikan dukungan satu sama lain selama proses perjuangan menempuh pendidikan di Program Studi Ekowisata.

Penulis sangat berterima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan akhir hingga selesai. Penulis berharap laporan Proyek Akhir (PA) yang telah disusun dapat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan penelitian serta ilmu pengetahuan.

Bogor, Juni 2026

Gina Saviera



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Ruang Lingkup	3
1.6 Kerangka Berfikir	4
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Pengembangan Program Ekowisata	7
2.2 Ekowisata	7
2.3 Wisata Kesehatan (<i>Health Tourism</i>)	8
2.4 <i>Wellness Tourism</i> (Wisata Kesehatan Kebugaran)	8
2.5 <i>Eco-Wellness Tourism</i>	9
2.6 Fenomena <i>Healing</i> Tren	10
2.7 Generasi Z	11
2.8 Kondisi Mental <i>Health Problem</i> Pada Generasi Z	12
III KONDISI UMUM	13
3.1 Letak dan Luas	13
3.2 Sejarah Kawasan Penelitian	13
3.3 Kondisi Fisik	14
3.4 Kondisi Biotik	14
3.5 Kondisi Sosial Masyarakat	15
3.6 Kondisi Kepariwisataaan	15
3.7 Aksesibilitas	16
IV METODE	17
4.1 Waktu dan Lokasi	17
4.2 Alat dan Bahan	17
4.3 Metode Penelitian	18
4.4 Pengumpulan Data	18
4.5 Metode Pemilihan Sampel	20
4.6 Analisis Data	21
V HASIL DAN PEMBAHASAN	25
5.1 Analisis Potensi Kawasan Air Terjun Pendahatan	25
5.2 Analisis Persepsi Generasi Z terhadap <i>Healing Trend, Eco-Wellness Tourism</i> dan Perferensi Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i>	53
5.3 Analisis Persepsi Orang Tua terhadap <i>Healing Trend, Eco-Wellness Tourism</i> dan Preferensi Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i>	80
5.4 Pengembangan Program <i>Eco-Wellness Tourism</i> di Air Terjun Pendahatan	114



VI	SIMPULAN DAN SARAN	131
6.1	Simpulan	131
6.2	Saran	131
	DAFTAR PUSTAKA	133
	LAMPIRAN	151
	RIWAYAT HIDUP	155

Hak Cipta milik IPB University

DAFTAR TABEL

4.1	Alat dan Bahan Penelitian	17
4.2	Jenis Data Pada Penelitian	18
4.3	Tabel Interval (%) Skala Likert	23
5.1	Potensi Sumber Daya Alam di Kawasan Air Terjun Pendahatan	25
5.2	Reduksi Data Sumber Daya Alam Dalam Pengembangan <i>Eco-Wellness Tourism</i>	29
5.3	Potensi Sumber Daya Budaya di Kawasan Air Terjun Pendahatan	33
5.4	Reduksi Sumber Daya Budaya Dalam Pengembangan <i>Eco-Wellness Tourism</i>	37
5.5	Potensi Sumber Daya Budaya di Kawasan Air Terjun Pendahatan	38
5.6	Reduksi Data Sumber Daya Buatan Dalam Pengembangan <i>Eco-Wellness Tourism</i>	40
5.7	Daya Tarik <i>Eco-Wellness Tourism</i> , Aktivitas Kesehatan Tubuh	41
5.8	Daya Tarik <i>Eco-Wellness Tourism</i> , Aktivitas Kesehatan Mental	45
5.9	Daya Tarik <i>Eco-Wellness Tourism</i> , Aktivitas Ekowisata	49
5.10	Karakteristik Responden Generasi Z	53
5.11	Aspek Penilaian Persepsi Pemahaman terhadap Tren <i>Healing</i>	56
5.12	Persepsi Penilaian Faktor Permasalahan Mental dari Generasi Z	58
5.13	Penilaian Persepsi Faktor Kepentingan Menjaga Emosional dari Generasi Z	59
5.14	Penilaian Persepsi Faktor Pencegahan Gangguan Mental dari Generasi Z	60
5.15	Penilaian Persepsi Faktor Kesejahteraan Psikologis dan Mindfulness	60
5.16	Penilaian Persepsi Faktor Pilihan Alternatif Sederhana Sebagai Coping Stress dari	61
5.17	Reduksi Penilaian Persepsi Faktor Kesehatan dari Generasi Z	61
5.18	Penilaian Persepsi Healing Sebagai Tren dari Generasi Z	62
5.19	Penilaian Persepsi Faktor Kewajiban Diri Mengikuti Tren	63
5.20	Penilaian Persepsi Faktor Dorongan Berkunjung ke Tempat Viral dari Generasi Z	64
5.21	Penilaian Persepsi Faktor Estetika Media Sosial dari Generasi Z	64
5.22	Penilaian Persepsi Faktor Kepuasan Nasistik Pada Media Sosial dari Generasi Z	65
5.23	Reduksi Penilaian Faktor Pendorong Healing dari Sisi Tren	65
5.24	Aspek Pemahaman <i>Eco-Wellness Tourism</i> pada Generasi Z	66
5.25	Penilaian Urgensi Pelestarian dan Keberlanjutan Sumber Daya	69
5.26	Penilaian Urgensi Integrasi Ekowisata dan Wellness	69
5.27	Penilaian Urgensi Edukasi Kesehatan dan Lingkungan	70
5.28	Penilaian Urgensi Alternatif Solusi Meminimalisir Dampak Negatif FOMO	70
5.29	Penilaian Urgensi Respon Tren Healing Dalam Menjaga Kesehatan Mental dan Fisik	71
5.30	Penilaian Urgensi Penerapan <i>Eco-Wellness Tourism</i>	72
5.31	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh dari Generasi Z Remaja Awal	73
5.32	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh dari Generasi Z Remaja Akhir	73
5.33	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh dari Generasi Z Dewasa Awal	74
5.34	Preferensi Keseluruhan Generasi Z pada Aktivitas Kesehatan Tubuh	74

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



5.35	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental dari Generasi Z Remaja Awal	75
5.36	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental dari Generasi Z Remaja Akhir	76
5.37	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental dari Generasi Z Dewasa Awal	76
5.38	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental Generasi Z	77
5.39	Preferensi Aktivitas Ekowisata dari Generasi Z Remaja Akhir	77
5.40	Preferensi Aktivitas Ekowisata dari Generasi Remaja Akhir	78
5.41	Preferensi Aktivitas Ekowisata dari Generasi Z Dewasa Awal	79
5.42	Preferensi Aktivitas Ekowisata dari Generasi Z	79
5.43	Karakteristik Responden Orang Tua	80
5.44	Penilaian Persepsi <i>Healing</i> dari Orang Tua	82
5.45	Penilaian Persepsi Faktor Permasalahan Mental dari Orang Tua	85
5.46	Penilaian Persepsi Faktor Menjaga Emosional dari Orang Tua	85
5.47	Penilaian Persepsi Faktor Mencegah Gangguan Mental dari Orang Tua	86
5.48	Penilaian Persepsi Peningkatan Kesejahteraan Psikologis dan <i>Mindfulness</i>	87
5.49	Penilaian Preferensi Faktor Alternatif Sederhana <i>Coping Stress</i>	87
5.50	Faktor Pendorong <i>Healing</i> dari Sisi Kesehatan	88
5.51	Penilaian Persepsi Faktor <i>Healing</i> Sebagai Tren dari Orang Tua	89
5.52	Penilaian Persepsi Faktor Kewajiban Mengikuti Tren dari Orang Tua	89
5.53	Penilaian Persepsi Faktor Dorongan Berkunjung ke Tempat Viral dari Orang Tua	90
5.54	Penilaian Persepsi Faktor Estetika Media Sosial dari Orang Tua	91
5.55	Penilaian Persepsi Kepuasan Narsistik Pada Media Sosial	91
5.56	Persepsi Faktor Pendorong <i>Healing</i> dari Sisi Tren	92
5.57	Pemahaman Terhadap <i>Eco-Wellness Tourism</i> dari Orang Tua	93
5.58	Urgensi Pelestarian dan Keberlanjutan Sumber Daya dari Orang Tua	95
5.59	Penilaian Urgensi Integrasi <i>Wellness</i> dan Ekowisata dari Orang Tua	96
5.60	Penilaian Urgensi Edukasi Kesehatan dan Lingkungan dari Orang Tua	97
5.61	Penilaian Urgensi Alternatif Meminimalisir Dampak Negatif Pariwisata dari Orang Tua	98
5.62	Penilaian Urgensi Sebagai Solusi Dalam Menjaga Kesehatan Holistik dari Orang Tua	98
5.63	Simpulan Penilaian Terhadap Urgensi <i>Eco-Wellness Tourism</i> dari Orang Tua	99
5.64	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh Orang Tua Gen Z Remaja Awal	100
5.65	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh Orang Tua Gen Z Remaja Akhir	101
5.66	Preferensi Aktivitas Kesehatan Tubuh Orang Tua Gen Z Dewasa Awal	101
5.67	Preferensi Keseluruhan Ketiga Kelompok Orang Tua Generasi Z	102
5.68	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental Orang Tua Gen Z Remaja Awal	103
5.69	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental Orang Tua Gen Z Remaja Akhir	103
5.70	Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental Orang Tua Gen Z Dewasa Awal	104
5.71	Simpulan Preferensi Aktivitas Kesehatan Mental Orang Tua Generasi Z	104
5.72	Preferensi Aktivitas Ekowisata Orang Tua Gen Z Remaja Awal	105
5.73	Preferensi Aktivitas Ekowisata Orang Tua Gen Z Remaja Akhir	106
5.74	Preferensi Aktivitas Ekowisata Orang Tua Gen Z Dewasa Awal	106
5.75	Simpulan Penilaian Preferensi Aktivitas Ekowisata Orang Tua Generasi Z	107

5.76	Analisis Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Remaja Awal	108
5.77	Hasil Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Remaja Awal	110
5.78	Analisis Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Remaja Akhir	110
5.79	Hasil Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Remaja Akhir	112
5.80	Analisis Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Dewasa Awal	112
5.81	Hasil Perumusan Aktivitas <i>Eco-Wellness Tourism</i> Pada Generasi Z Dewasa Awal	114
5.82	<i>Itinerary</i> Program KANGEN (Kance Gen Z Ngibal)	115
5.83	<i>Itinerary</i> Program SKENA (Serayak Gen Z Midang Seanjaman)	120
5.84	<i>Itinerary</i> Program CUAN (Cerite Behusek Sekundang Gen Z)	124

DAFTAR GAMBAR

1.1	Bagan Kerangka Berfikir Penelitian	5
3.1	Peta Kawasan Air Terjun Pendahatan	13
3.2	Ilustrasi Kondisi Fisik Kawasan Air Terjun Pendahatan	14
3.3	Kondisi Biotik Studi Kasus Penelitian, Satwa dan Tumbuhan	15
4.1	Peta Wilayah Penelitian	17
5.1.	Air Terjun Pendahatan, Mulak Ulu	26
5.2.	Tebing Bebatuan di Air Terjun Pendahatan	26
5.3	Bebatuan Sungai di Air Terjun Pendahatan	27
5.4	Sumber Daya Tumbuhan di Air Terjun Pendahatan. (a) Senduduk Bulu (<i>Clidemia hirta</i> [L.] D.Don) dan (b) Cakar Ayam (<i>Selaginella doederleinii</i>)	28
5.5	Satwa di Kawasan Air Terjun Pendahatan, (a) bangkong sungai (<i>Phrynoidis aspera</i>) dan capung (b) jarum smoky-amber (<i>Libellago refulscens</i>)	29
5.6.	Aktivitas Bercerita Bersama Masyarakat Lokal (Pengelola Adat)	34
5.7	Salah Satu Contoh Kearifan Lokal, Lubuk Larangan	35
5.8	Makanan Khas Daerah Kabupaten Lahat, Ikan Khuwas	36
5.9	Racikan Herbal, Jahe Lemon	36
5.10	Salah Satu Potensi Lahan Berkemah, Lahan Perkebunan	38
5.11	Potensi Sumber Daya Buatan, Perkebunan	39
5.12	<i>Track</i> Jalan Menuju Air Terjun	39
5.13	Ilustrasi Aktivitas Meracik Ramuan Herbal	42
5.14	Ilustrasi Mencoba Makanan Herbal	43
5.15	Ilustrasi Pijat Tradisional	43
5.16	Ilustrasi Terapi Air Terjun	44
5.17	Ilustrasi Terapi Berbasis Batu Panas	45
5.18	Ilustrasi Meditasi Aromaterapi	46
5.19	Ilustrasi Aktivitas <i>Mindfulness Hypnotherapy</i>	47
5.20	Ilustrasi Aktivitas <i>Mind and Body Awareness Therapy</i>	48



5.21	Ilustrasi Aktivitas <i>Forest Bathing</i>	49
5.22	Ilustrasi Aktivitas <i>Hiking</i>	50
5.23	Ilustrasi Aktivitas Pengamatan Satwa dan Tumbuhan	51
5.24	Ilustrasi Aktivitas Interpretasi Cerita Lokal	52
5.25	Ilustrasi Aktivitas Berkemah di Alam	52
5.26	Ilustrasi Aktivitas Belajar Kearifan Lokal dan Koneksi Bersama Masyarakat	53
5.27.	Poster Program KANGEN	127
5.28	Poster Program SKENA	127
5.29	Poster Program CUAN	128
5.30	<i>E-Book Panduan Aktivitas Eco-Wellness.</i> a) Bagian Sampul Buku dan b) Bagian Isi Buku	129

DAFTAR LAMPIRAN

1.	Dokumentasi Pengambilan Data Potensi Kawasan Air Terjun Pendahatan	153
2.	Penyebaran dan Pengambilan Data Kuesioner Penelitian	154

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.