



## MODEL KESEHATAN HOLISTIK PREVENTIF BERBASIS SPIRITUALITAS DALAM NARASI DANIEL 1:8–15: SUATU KAJIAN TEOLOGIS

Sri Mulyati<sup>1\*</sup>, Estherlina Maria Ayawaila<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Bengkulu,

<sup>2</sup>Sekolah Tinggi Teologi Arastamar Bengkulu

Email Correspondence : sri.mulyatisoebarno@gmail.com

**Abstract:** *This study aims to construct a preventive holistic health model grounded in spirituality based on the narrative of Daniel 1:8–15 within the framework of theology of health. Employing a qualitative library research design, this study utilizes canonical theological exegesis integrated with a theological-health hermeneutical approach to examine the relationship between spiritual discipline, self-regulation, and healthy lifestyle practices within the context of covenant identity. The findings reveal that the Daniel narrative presents an integrative and preventive health paradigm through three key dimensions: faith-based ethical decision-making, embodied discipline through dietary practices, and observable physical outcomes. These findings demonstrate that biblical spirituality is not dualistic but is embodied in concrete life practices that shape health-related behavior. Spiritual discipline functions as an internal mechanism of self-regulation that contributes to sustainable healthy living. The novelty of this study lies in the formulation of a preventive theology of health model derived from biblical narrative, which integrates theological, spiritual, and contemporary health perspectives. Theoretically, this study contributes to the development of integrative theology of health, while practically it offers a conceptual framework for faith-based health education and pastoral care in contemporary contexts.*

**Keywords:** *Preventive Theology of Health, Holistic Health, Biblical Spirituality, Daniel 1:8–15, Spiritual Discipline*

**Abstraksi:** Penelitian ini bertujuan mengkonstruksi model kesehatan holistik preventif berbasis spiritualitas dalam narasi Daniel 1:8–15 dalam perspektif teologi kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan canonical theological exegesis yang dipadukan dengan hermeneutika teologi kesehatan integratif untuk menganalisis keterkaitan antara disiplin spiritual, regulasi diri, dan praktik hidup sehat dalam konteks identitas perjanjian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa narasi Daniel membentuk pola kesehatan yang bersifat holistik dan preventif melalui tiga dimensi utama, yaitu keputusan etis berbasis iman, praktik disiplin tubuh melalui pola hidup sederhana, dan hasil empiris berupa kondisi fisik yang lebih baik. Temuan ini menegaskan bahwa spiritualitas dalam teks biblika tidak bersifat dualistik terhadap tubuh, melainkan terintegrasi dalam praktik hidup konkret yang mendukung perilaku kesehatan. Disiplin spiritual berfungsi sebagai mekanisme regulasi diri yang berimplikasi pada pembentukan gaya hidup sehat. Kebaruan penelitian ini terletak pada formulasi model teologi kesehatan preventif berbasis narasi biblika yang mengintegrasikan dimensi spiritual, teologis, dan kesehatan modern. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian teologi kesehatan integratif. Secara praktis, penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan pendidikan dan pelayanan pastoral kesehatan berbasis iman dalam konteks kontemporer.

**Kata Kunci:** Kesehatan Holistik Preventif, Spiritualitas Biblika, Daniel 1:8–15, Teologi Kesehatan, Disiplin Spiritual

## PENDAHULUAN

Dalam dekade terakhir, isu kesehatan berbasis gaya hidup menjadi perhatian global seiring meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes, penyakit kardiovaskular, dan obesitas. World Health Organization melaporkan bahwa lebih dari 70% kematian global berkaitan dengan PTM yang sebagian besar dipengaruhi oleh faktor gaya hidup.<sup>1</sup> Dalam konteks Indonesia, tren serupa juga terlihat melalui peningkatan prevalensi obesitas dewasa yang berkaitan dengan perubahan pola konsumsi dan aktivitas fisik.<sup>2</sup> Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa lebih dari 70% kematian global berkaitan dengan PTM yang sebagian besar dipengaruhi oleh pola hidup Di Indonesia, tren serupa juga terjadi.<sup>3</sup> Kementerian Kesehatan RI melaporkan peningkatan prevalensi obesitas dewasa dari 21,8% (2018) menjadi sekitar 28% pada awal dekade 2020-an, yang menunjukkan dampak perubahan gaya hidup modern.<sup>4</sup> Selain itu, era digital memperkuat pola hidup sedentari akibat meningkatnya ketergantungan pada teknologi, kerja jarak jauh, dan konsumsi makanan cepat saji.<sup>5</sup> Dalam konteks ini,

pendekatan kesehatan preventif menjadi semakin penting, tidak hanya dari sisi medis, tetapi juga dari perspektif nilai, etika, dan spiritualitas. Tradisi religius, termasuk Kekristenan, sejak lama mengembangkan konsep kesehatan holistik yang mencakup tubuh, jiwa, dan spiritualitas sebagai satu kesatuan integral.

Perkembangan era digital turut memperkuat pola hidup sedentari melalui peningkatan penggunaan teknologi dan perubahan pola kerja, yang berdampak pada menurunnya aktivitas fisik.<sup>6</sup> Dalam konteks ini, pendekatan kesehatan preventif menjadi semakin penting, tidak hanya dari perspektif biomedis, tetapi juga dari dimensi nilai, etika, dan spiritualitas. Dalam tradisi biblika, narasi Daniel 1:8–15 memberikan gambaran mengenai praktik hidup yang mencerminkan integrasi antara iman dan kesehatan. Keputusan Daniel untuk menolak makanan kerajaan dan memilih pola hidup sederhana dapat dipahami sebagai bentuk disiplin spiritual yang berdampak pada kesehatan tubuh. Dalam kerangka teologi kontemporer, narasi ini dapat dibaca sebagai model awal (*proto-model*) dari kesehatan preventif berbasis spiritualitas, yang mengintegrasikan ketaatan iman, pengendalian diri, dan praktik hidup konkret. Studi terkini dalam bidang *religion and health* menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti disiplin diri dan kesederhanaan hidup memiliki korelasi positif terhadap kesehatan

---

<sup>1</sup> World Health Organization, *WHO Global Water, Sanitation and Hygiene: Annual Report 2022* (World Health Organization, 2023), 12.

<sup>2</sup> Ditjen Nakes and R I Kemenkes, "Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2025–2029" (Direktorat Jenderal SDM Kesehatan, Kemenkes RI, 2025), 45.

<sup>3</sup> Organization, *WHO Global Water, Sanitation and Hygiene: Annual Report 2022*.

<sup>4</sup> Ditjen Nakes and R I Kemenkes, "Laporan Kinerja Direktorat Perencanaan Tenaga Kesehatan 2024" (Ditjen Tenaga Kesehatan, Kemenkes RI, 2024), 45.

<sup>5</sup> Badan Pusat Statistik, "Profil Kemiskinan Di Indonesia," *BPS*, 2024.

---

<sup>6</sup> Carl J Lavie, Fabian Sanchis-Gomar, and Ross Arena, "Fit Is It in COVID-19, Future Pandemics, and Overall Healthy Living," in *Mayo Clinic Proceedings*, vol. 96 (Elsevier, 2021), 876.

mental dan kesejahteraan psikologis.<sup>7</sup>

Penelitian terdahulu mengenai hubungan religiusitas dan kesehatan berkembang dalam dua pendekatan utama. Pertama, pendekatan medis dan psikologi kesehatan yang menekankan hubungan antara praktik religius dan kesehatan. Koenig menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap peningkatan coping stress melalui mekanisme *psikoneuroimunologi*.<sup>8</sup> Jeff Levin menemukan bahwa praktik religius berkontribusi terhadap penurunan stres kronis dan peningkatan kualitas hidup melalui studi longitudinal.<sup>9</sup> Selain itu, penelitian dalam bidang nutrisi modern menunjukkan bahwa pola makan berbasis nabati berkorelasi dengan penurunan risiko penyakit metabolik.<sup>10</sup> Kedua, pendekatan teologis yang menekankan pembentukan karakter melalui disiplin spiritual sebagai bagian dari *spiritual formation*.<sup>11</sup> Perkembangan ini menunjukkan adanya pergeseran menuju pemahaman kesehatan yang lebih holistik dan integratif.

Meskipun demikian, terdapat kesenjangan konseptual yang signifikan. Sebagian besar penelitian *religion-health* masih berfokus pada pendekatan empiris yang menekankan korelasi statistik antara praktik spiritual

dan outcome kesehatan, sementara kajian teologi kesehatan cenderung bersifat normatif dan belum terintegrasi dengan paradigma kesehatan *preventif modern*. Selain itu, kajian biblika mengenai kesehatan masih dominan dibaca dalam kerangka moralitas religius, sehingga belum banyak dikembangkan sebagai model konseptual bagi konstruksi teologi kesehatan preventif berbasis narasi Kitab Suci.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan mengkonstruksi model kesehatan holistik preventif berbasis spiritualitas dalam narasi Daniel 1:8–15 melalui pendekatan teologi biblika integratif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian kepustakaan (*library research*) yang bersifat interpretatif-konstruktif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian teologi berfokus pada pemahaman makna teks, konstruksi teologis, serta relasi antara teks biblika dan konteks kontemporer yang tidak dapat direduksi menjadi data kuantitatif. Dalam tradisi penelitian teologi, metode kualitatif sering digunakan untuk mengeksplorasi fenomena religius secara deskriptif dan interpretatif melalui data berupa teks, tradisi, maupun praktik iman komunitas.<sup>12</sup> Selain itu, dalam penelitian teologi biblika, pendekatan kualitatif memungkinkan penggalan makna teks secara kontekstual melalui proses induktif dan fenomenologis untuk menemukan konstruksi teologis

---

<sup>7</sup> Harold G Koenig, *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications* (Academic Press, 2018), 35.

<sup>8</sup> Koenig, *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*.

<sup>9</sup> Jeff Levin and Ellen Idler, "Religion, Aging, and Public Health," in *Oxford Research Encyclopedia of Global Public Health*, 2021, 78.

<sup>10</sup> Ambika Satija and Frank B Hu, "Plant-Based Diets and Cardiovascular Health," *Trends in Cardiovascular Medicine* 28, no. 7 (2018): 437–41.

<sup>11</sup> Dallas Willard, *Renovation of the Heart: Putting on the Character of Christ* (NavPress, 2021), 56.

---

<sup>12</sup> Akwila Priska Ibu and Julio Eleazer Nendissa, "Persoalan Etis Dalam Menyikapi Kematian Ternak Babi Di Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur Dikaji Dari Teori Etika Lingkungan," *Jurnal, Sophia Kristen, Pendidikan* 4, no. 1 (2023): 17–29, <https://doi.org/https://doi.org10.34307/sophia.v4i1.166>.

baru yang relevan bagi konteks masa kini.<sup>13</sup> Secara metodologis, penelitian teologi juga menuntut integrasi antara kerangka teologis dan pendekatan metodologis ilmiah agar mampu menjawab kompleksitas religiusitas masyarakat modern secara sistematis dan akademis.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis. Pertama, data primer berupa teks Alkitab Daniel 1:8–15 sebagai fokus kajian utama. Kedua, data sekunder berupa literatur akademik yang relevan, meliputi studi biblika, teologi kesehatan, religion and health studies, serta literatur kesehatan preventif dan lifestyle medicine yang diterbitkan dalam jurnal bereputasi dan buku akademik (2020–2025).

Analisis data dilakukan melalui pendekatan hermeneutik-eksegetis yang mencakup tiga tahap utama. Pertama, analisis tekstual untuk mengkaji struktur naratif, konteks historis, dan makna linguistik teks. Kedua, analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema teologis utama seperti disiplin spiritual, regulasi diri, dan praktik hidup sehat. Ketiga, tahap konstruksi teologis, yaitu mengintegrasikan temuan eksegetis dengan perspektif kesehatan preventif modern untuk membangun model konseptual teologi kesehatan preventif. Secara operasional, analisis teks dilakukan melalui pendekatan hermeneutik-eksegetis yang menekankan pentingnya kembali pada makna asli teks melalui kajian historis, linguistik, dan teologis, karena keakuratan penelitian teologi sangat

bergantung pada kualitas eksegesis terhadap teks Alkitab.<sup>14</sup> Pendekatan canonical theological exegesis digunakan untuk memahami teks dalam kerangka kanonik Alkitab, sementara hermeneutika teologi kesehatan integratif digunakan untuk menghubungkan makna teologis dengan konteks kesehatan kontemporer. Proses analisis dilakukan secara iteratif melalui lingkaran hermeneutik antara teks, konteks, dan interpretasi, sehingga memungkinkan terbentuknya pemahaman yang komprehensif dan kontekstual.

Untuk menjamin validitas data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber melalui perbandingan berbagai literatur akademik yang relevan, serta konsistensi interpretatif antara analisis teks dan kerangka teoretis yang digunakan. Selain itu, keabsahan analisis dijaga melalui penggunaan sumber-sumber ilmiah yang kredibel dan mutakhir, serta keterkaitan logis antara data, analisis, dan kesimpulan. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan menghasilkan sintesis teologis yang sistematis dan integratif antara teologi biblika dan paradigma kesehatan preventif modern dalam kerangka *preventive theology of health*.

## HASIL

Analisis hermeneutik eksegetis terhadap Daniel 1:8–15 menunjukkan bahwa narasi tersebut membangun suatu paradigma teologis kesehatan yang bersifat integratif, di mana kesetiaan perjanjian (*covenantal fidelity*), disiplin spiritual (*spiritual discipline*), dan praksis tubuh (*lifestyle*

---

<sup>13</sup> Binuko Edi Nugroho, "Rekonsiliasi Konflik Paulus Dalam Surat Filemon Bagi Gereja Di Indonesia : Sebuah Refleksi Teologis," *SAMI: Jurnal Sosiologi Agama Dan Teologi Indonesia* 2, no. 2 (2025): 245–72, <https://doi.org/https://doi.org/10.24246/sami.vol2i2pp245-272>.

---

<sup>14</sup> Iwan Setiawan Tarigan, "Eksegesis Dan Penelitian Teologis," *Jurnal Teologi Cultivation* 5, no. 2 (2021): 86–102, <https://doi.org/https://doi.org/10.46965/jtc.v5i2.722>.

embodiment) berada dalam relasi yang saling terkait. Secara struktural, teks memperlihatkan pola triadik yang konsisten, yaitu: (1) keputusan etis berbasis identitas iman (ay. 8), (2) negosiasi praksis dalam sistem hegemonik Babel (ay. 9–14), dan (3) verifikasi empiris melalui kondisi fisiologis yang teramati (ay. 15). Pola ini menunjukkan bahwa spiritualitas dalam narasi Daniel tidak bersifat dualistik terhadap tubuh, melainkan integratif dalam kerangka antropologi teologis yang holistik. Secara leksikal dan teologis, konsep “tidak menajiskan diri” dalam Daniel 1:8 melampaui kategori ritual purity menuju kesadaran ontologis akan identitas perjanjian (*covenant identity*). Dalam kerangka ini, pilihan diet nabati Daniel dapat dipahami sebagai bentuk *covenant embodiment*, yaitu praktik tubuh yang merefleksikan kesetiaan relasional kepada Allah. Hasil analisis menunjukkan bahwa praktik ini tidak hanya bersifat simbolik, tetapi menghasilkan dampak biologis yang nyata sebagaimana ditunjukkan dalam ayat 15, sehingga dapat dikategorikan sebagai bentuk awal preventive health behavior berbasis disiplin spiritual.

Selain itu, hasil penelitian mengindikasikan bahwa tindakan Daniel merepresentasikan mekanisme *psycho-spiritual resilience*. Dalam konteks tekanan struktural budaya Babel, respons Daniel tidak bersifat konfrontatif, melainkan berupa resistensi etis yang berbasis regulasi diri (*self-regulation*) dan komitmen iman. Pola ini menunjukkan bahwa dalam paradigma biblika, kesehatan tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga berkaitan dengan stabilitas psikologis dan spiritual yang saling terintegrasi.

Lebih lanjut, hasil penelitian menegaskan bahwa konsep kesehatan

dalam Daniel bersifat teleologis, yaitu berorientasi pada tujuan penciptaan manusia sebagai imago Dei yang hidup dalam relasi perjanjian dengan Allah. Dalam kerangka ini, kesehatan dipahami sebagai bagian dari keteraturan hidup (*shalom*) yang mencakup dimensi spiritual, moral, dan biologis secara menyeluruh.

Secara keseluruhan, penelitian ini menghasilkan tiga temuan utama. Pertama, kesehatan dalam Daniel bersifat *covenantal-holistic*, yaitu terintegrasi antara relasi teologis dan kondisi biologis. Kedua, disiplin spiritual berfungsi sebagai mekanisme regulasi diri yang menghasilkan dampak psiko-biologis yang nyata. Ketiga, narasi Daniel 1:8–15 menyediakan kerangka konseptual awal bagi pengembangan paradigma *preventive theology of health* yang bersifat integratif antara teologi biblika dan pendekatan kesehatan modern.

## PEMBAHASAN

### *Spiritual Discipline* sebagai Fondasi Regulasi Diri

Narasi Daniel 1:8–15 menunjukkan bahwa disiplin spiritual tidak hanya berfungsi sebagai praktik religius, tetapi sebagai mekanisme regulasi diri yang berdampak pada dimensi psikologis dan biologis. Keputusan Daniel untuk “tidak menajiskan diri” merepresentasikan bentuk *intentional self-governance* yang dalam kerangka teologi tubuh dapat dipahami sebagai *embodied obedience*. Dalam perspektif antropologi teologis, tubuh tidak diposisikan sebagai entitas biologis semata, melainkan sebagai locus aktualisasi iman. Dengan demikian, regulasi konsumsi dalam narasi Daniel mencerminkan integrasi antara kehendak spiritual dan kontrol fisiologis yang dalam terminologi kontemporer dapat dikaitkan dengan

*psychophysiological regulation* berbasis nilai.

Temuan ini memperoleh dukungan dari penelitian kontemporer dalam bidang religion and health yang menunjukkan bahwa praktik spiritual memiliki korelasi signifikan dengan stabilitas kesehatan mental. Harold menunjukkan bahwa keterlibatan religius berkaitan dengan penurunan tingkat depresi dan kecemasan serta peningkatan kesejahteraan psikologis.<sup>15</sup> Selain itu, VanderWeele menegaskan bahwa dimensi spiritual berkontribusi terhadap *human flourishing* melalui integrasi aspek makna hidup, relasi, dan kesehatan mental.<sup>16</sup> Studi dalam jurnal agama dan psikologi menunjukkan bahwa keterlibatan dalam praktik keagamaan dapat menurunkan kecemasan, depresi, dan meningkatkan kepuasan hidup secara signifikan.<sup>17</sup> Hal ini memperkuat bahwa disiplin spiritual tidak sekadar simbolik, tetapi memiliki implikasi neuro-psikologis yang nyata dalam sistem regulasi stres manusia.

Namun demikian, pendekatan ini perlu dibaca secara kritis. Sejumlah studi mengingatkan bahwa korelasi antara religiusitas dan kesehatan tidak selalu bersifat linear atau universal, karena dipengaruhi oleh konteks sosial, kualitas praktik iman, dan faktor psikologis individu. Pargament menekankan bahwa tidak semua bentuk

religiusitas menghasilkan dampak positif; religiusitas yang bersifat *negative religious coping* justru dapat meningkatkan stres dan konflik batin.<sup>18</sup> Oleh karena itu, dalam membaca narasi Daniel, penting untuk menekankan bahwa disiplin spiritual yang berdampak positif adalah yang berakar pada relasi autentik dengan Allah, bukan sekadar kepatuhan eksternal.

Selain itu, penelitian mengenai spiritualitas dalam konteks penyakit kronis menunjukkan bahwa integrasi dimensi spiritual berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup melalui penguatan makna dan ketahanan (*resilience*). Harold menunjukkan bahwa keterlibatan religius yang konsisten berkorelasi dengan peningkatan kualitas hidup dan adaptasi terhadap penyakit kronis.<sup>19</sup> Selain itu, penelitian tentang spiritualitas dan kesehatan kronis menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan spiritual berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup pasien penyakit kronis melalui integrasi dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual.<sup>20</sup> Temuan ini memberikan dukungan empiris terhadap model Daniel sebagai *proto-form spiritual*

---

<sup>15</sup> Koenig, *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*.

<sup>16</sup> Katelyn N G Long and Tyler J VanderWeele, "Theological Virtues, Health, and Well-Being: Theory, Research, and Public Health," in *Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality* (Springer, 2022), 118.

<sup>17</sup> Sarah Muhammad Abdi Rahman, Norhikmah, "Agama Dan Psikologi (Dampak Spritual Terhadap Kesehatan Mental)," *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 3, no. 6 (2024): 2661–69, <https://publisherqu.com/index.php/Al-Furqan/article/view/1500>.

---

<sup>18</sup> Kenneth I Pargament, *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred* (Guilford press, 2021), 245.

<sup>19</sup> Harold G. Koenig, Tyler VanderWeele, and John R. Peteet, *Handbook of Religion and Health* (Oxford University Press New York, 2023), <https://doi.org/10.1093/oso/9780190088859.001.0001>.

<sup>20</sup> Risna Risna, Dian Devita, and Sri Amalia, "Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pidie," *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 1 SE-Articles (January 2026): 1576–83, <https://doi.org/10.63822/j5pq7k50>.

*preventive regulation*, di mana praktik spiritual tidak hanya membentuk moralitas tetapi juga meningkatkan *resilience biologis* dan kualitas hidup manusia. Disiplin spiritual dalam narasi Daniel berfungsi sebagai mekanisme internal yang membentuk perilaku hidup sehat secara berkelanjutan.<sup>21</sup>

Secara teologis, fenomena ini dapat dipahami dalam kerangka *covenant embodiment*, yaitu kondisi di mana kesetiaan perjanjian diwujudkan melalui praktik tubuh yang konkret. Dalam kerangka ini, disiplin spiritual tidak dipahami sebagai asketisme semata, melainkan sebagai strategi eksistensial untuk menjaga keteraturan hidup dalam relasi dengan Allah. Perspektif ini sejalan dengan pemikiran Wright yang menegaskan bahwa iman Kristen selalu bersifat transformasional dan mencakup seluruh dimensi kehidupan manusia.<sup>22</sup> Dengan demikian, model Daniel menunjukkan bahwa *preventive theology of health* berakar pada transformasi spiritual yang berdampak pada sistem regulasi diri manusia secara holistik. Disiplin spiritual tidak hanya membentuk moralitas, tetapi juga berkontribusi terhadap stabilitas biologis, ketahanan psikologis, dan kualitas hidup secara menyeluruh.

### ***Lifestyle embodiment sebagai ekspresi iman konkret***

Dalam teologi kontemporer, *lifestyle embodiment* dipahami sebagai

---

<sup>21</sup> Dorce Sondopen and Resa Junias, "PENDIDIKAN KARAKTER KRISTIANI DALAM KITAB DANIEL: EKSEGESIS DANIEL 1: 8 SEBAGAI FONDASI KETELADANAN DAN KETEGUHAN IMAN DI TENGAH BUDAYA ASING," *Jurnal Excelsior Pendidikan* 6, no. 2 (2025): 12–24, <https://doi.org/https://doi.org/10.51730/jep.v6i2.88>.

<sup>22</sup> N T Wright, *The Day the Revolution Began: Reconsidering the Meaning of Jesus's Crucifixion* (HarperCollins, 2016), 203.

perwujudan iman melalui praktik hidup sehari-hari yang melibatkan tubuh secara sadar dan bermakna. Iman tidak berhenti pada ranah kognitif atau liturgis, tetapi terinkarnasi dalam kebiasaan konkret seperti makan, bekerja, dan mengelola tubuh. Christopher menegaskan bahwa dalam teologi biblika, iman bersifat *embodied obedience*, yaitu ketaatan yang diwujudkan dalam praktik hidup nyata.<sup>23</sup> Dalam konteks Daniel 1, ekspresi iman tidak terjadi dalam ruang kultus formal, melainkan dalam praktik keseharian di ruang publik Babilonia. Hal ini menunjukkan bahwa tubuh menjadi medium utama artikulasi iman dalam konteks diaspora.

Daniel 1:8 memperlihatkan bahwa iman mengambil bentuk keputusan etis yang berdampak langsung pada tubuh. John J. Collins menekankan bahwa penolakan terhadap makanan istana bukan sekadar legalisme ritual, melainkan strategi pembentukan identitas iman yang diwujudkan secara fisik.<sup>24</sup> Dengan demikian, tubuh berfungsi sebagai "ruang teologis" tempat iman dinegosiasikan dan diwujudkan. Perspektif ini sejalan dengan teologi tubuh yang melihat tubuh sebagai locus makna, bukan sekadar instrumen netral.

Namun demikian, pendekatan *lifestyle embodiment* perlu dibaca secara kritis. Beberapa studi teologi kontemporer mengingatkan bahwa penekanan berlebihan pada praktik tubuh berpotensi jatuh pada moralitas performatif jika tidak diakar pada relasi dengan Allah. Smith menegaskan bahwa praktik tubuh membentuk

---

<sup>23</sup> C J H Wright, *Old Testament Ethics for the People of God* (Inter-Varsity Press, 2019), 57.

<sup>24</sup> John J Collins and Peter W Flint, *The Book of Daniel, Volume 2 Composition and Reception*, vol. 83 (Brill, 2014), 146.

manusia, tetapi tanpa orientasi liturgis yang benar, praktik tersebut dapat membentuk arah yang keliru.<sup>25</sup> Oleh karena itu, dalam narasi Daniel, praktik tubuh tidak berdiri sendiri, melainkan berakar pada komitmen teologis terhadap Allah perjanjian.

*Lifestyle embodiment* dalam Daniel juga bersifat publik dan teramati. Daniel 1:15 mencatat bahwa kondisi fisik Daniel dan rekan-rekannya tampak lebih baik dibandingkan yang lain. John Goldingay menafsirkan hal ini sebagai bentuk *silent witness*, di mana kesetiaan iman diekspresikan melalui kualitas hidup yang nyata.<sup>26</sup> Dalam kerangka teologi misi, David J. Bosch menyebut praktik hidup sehari-hari sebagai kesaksian inkarnasional yang mengkomunikasikan nilai Kerajaan Allah melalui tindakan, bukan hanya ujaran.<sup>27</sup> Dengan demikian, pola hidup sehat Daniel memiliki dimensi komunikatif dalam ruang sosial.

Dari perspektif medis, tubuh merespons kebiasaan yang diulang secara konsisten. Dalam pendekatan *lifestyle medicine*, perubahan gaya hidup dipandang sebagai intervensi utama dalam pencegahan dan pengelolaan penyakit kronis. Dean Ornish menunjukkan bahwa intervensi gaya hidup intensif termasuk diet berbasis tumbuhan, aktivitas fisik, dan manajemen stres dapat membalikkan risiko penyakit kardiovaskular.<sup>28</sup> Selain

---

<sup>25</sup> James K A Smith, *You Are What You Love: The Spiritual Power of Habit* (Brazos Press, 2016), 89.

<sup>26</sup> J Goldingay, N L DeClaisse-Walford, and P H Davids, *Daniel, Volume 30*, Word Biblical Commentary (Zondervan Academic, 2019), 39.

<sup>27</sup> David J Bosch, *Transforming Mission: Paradigm Shifts in Theology of Mission* (New York: Orbis books, 2011), 512.

<sup>28</sup> Dean Ornish and Anne Ornish, *Undo It!: How Simple Lifestyle Changes Can*

itu, penelitian James menegaskan bahwa perubahan perilaku berbasis nilai memiliki tingkat keberlanjutan yang lebih tinggi dibandingkan intervensi medis semata.<sup>29</sup> Namun, pendekatan medis modern sering dikritik karena cenderung reduksionis, yaitu memandang tubuh sebagai sistem biologis yang terpisah dari dimensi makna dan spiritualitas. VanderWeele menekankan bahwa kesehatan yang utuh mencakup dimensi makna hidup, relasi, dan spiritualitas yang tidak dapat diabaikan dalam intervensi kesehatan.<sup>30</sup> Dalam hal ini, narasi Daniel memberikan kontribusi penting dengan menunjukkan bahwa perubahan gaya hidup tidak hanya bersumber dari pengetahuan kesehatan, tetapi dari orientasi iman yang membentuk makna hidup. Pola hidup Daniel mencerminkan bahwa tubuh menjadi ruang aktualisasi iman, sehingga kesehatan merupakan konsekuensi dari praktik spiritual yang konsisten.

### ***Covenant Identity* sebagai Dasar Ontologis Kesehatan**

Dalam teologi Perjanjian Lama, kesehatan tidak pertama-tama dipahami sebagai kondisi biologis, melainkan sebagai konsekuensi ontologis dari relasi perjanjian antara Allah dan umat-Nya. Identitas Israel sebagai *'am segullāh* (Kel. 19:5–6) menunjukkan bahwa keberadaan manusia ditentukan oleh relasinya dengan Allah, yang mencakup orientasi hidup, etika, dan pengelolaan tubuh. Gerhard F. Hasel

---

*Reverse Most Chronic Diseases* (Ballantine Books, 2022), 54.

<sup>29</sup> James M Rippe, "Lifestyle Medicine: The Health Promoting Power of Daily Habits and Practices," *American Journal of Lifestyle Medicine* 12, no. 6 (2018): 112.

<sup>30</sup> T J VanderWeele, *A Theology of Health: Wholeness and Human Flourishing* (University of Notre Dame Press, 2024), 134.

menegaskan bahwa dalam Alkitab Ibrani, kesehatan merupakan bagian integral dari berkat perjanjian dan tidak terpisahkan dari ketaatan.<sup>31</sup> Dengan demikian, kesehatan bukan sekadar hasil intervensi medis, tetapi ekspresi hidup yang selaras dengan tatanan ilahi (*divine order*). Konsep ini berkaitan erat dengan gagasan shalom sebagai kategori teologis yang holistik. Cornelius Plantinga Jr. menjelaskan bahwa *shalom* tidak hanya berarti ketiadaan penyakit, tetapi kondisi kesejahteraan menyeluruh yang mencakup harmoni dengan Allah, sesama, diri sendiri, dan ciptaan.<sup>32</sup> Dalam kajian kontemporer, Nicholas Wolterstorff menekankan bahwa *shalom* mencakup keteraturan ontologis di mana setiap aspek kehidupan berada dalam relasi yang benar.<sup>33</sup> Dengan demikian, kesehatan dalam perspektif biblika merupakan bagian dari *shalom*, yaitu kondisi keterpaduan antara dimensi spiritual, moral, dan biologis.

Narasi Daniel 1:8–15 harus dibaca dalam konteks krisis identitas perjanjian. Daniel dan sahabatnya berada dalam tekanan sistemik untuk mengadopsi budaya Babilonia, termasuk pola makan istana. Collins menafsirkan penolakan Daniel sebagai bentuk *covenantal resistance*, yaitu upaya mempertahankan kesetiaan terhadap hukum Allah dalam konteks diaspora.<sup>34</sup> Dalam kerangka ini, tubuh

---

<sup>31</sup> Gerhard F Hasel, "Health and Healing in the Old Testament," *Andrews University Seminary Studies (AUSS)* 21, no. 3 (1983): 312.

<sup>32</sup> Cornelius Plantinga, *Not the Way It's Supposed to Be: A Breviary of Sin* (Eerdmans, 1996), 14.

<sup>33</sup> Joshua Cockayne, Nicholas Wolterstorff, and Jonathan C Rutledge, "United in Love: Essays on Justice, Art, and Liturgy" (ISD, 2023), 87.

<sup>34</sup> Collins and Flint, *The Book of Daniel, Volume 2 Composition and Reception*.

menjadi medan praksis iman: apa yang dikonsumsi mencerminkan kepada siapa seseorang berelasi. Dalam banyak teks Perjanjian Lama, kesehatan dipresentasikan sebagai buah dari ketaatan perjanjian (Ul. 7:12–15; Kel. 15:26). Kel. 15:26 secara eksplisit mengaitkan ketaatan dengan pencegahan penyakit, menunjukkan dimensi protektif hukum Allah terhadap kehidupan manusia. Ketaatan perjanjian tidak bersifat magis, melainkan mencerminkan keselarasan antara kehidupan manusia dan prinsip penciptaan Allah. Dalam hal ini, kesehatan dipahami sebagai konsekuensi dari hidup yang selaras dengan desain ilahi.<sup>35</sup> Diet nabati yang dipilih Daniel juga memiliki dasar teologis dalam kerangka penciptaan. Kejadian 1:29 sering dipahami sebagai pola makan ideal yang mencerminkan harmoni ciptaan. Doukhan menunjukkan bahwa hukum makanan dalam Taurat berfungsi sebagai *boundary markers* yang menjaga identitas umat Allah sekaligus kekudusan tubuh.<sup>36</sup> Dengan demikian, diet dalam Daniel bukan sekadar praktik nutrisi, tetapi ekspresi identitas perjanjian.

Namun demikian, pendekatan ini perlu dibaca secara kritis agar tidak jatuh pada determinisme teologis, seolah-olah kesehatan selalu menjadi hasil langsung dari ketaatan. Literatur teologi kontemporer mengingatkan bahwa realitas penderitaan dan

---

<sup>35</sup> Krido Siswanto, "Peningkatan Kualitas Hidup Manusia Dalam Perspektif Teologi Dan Pendidikan Kristen," in *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology*, vol. 2, 2024, 1–27, <https://doi.org/10.46445/nccet.v2i2.967>.

<sup>36</sup> J Doukhan, *Secrets of Daniel: Wisdom and Dreams of a Jewish Prince in Exile* (Review and Herald Pub. Association, 2000), 118.

penyakit tetap menjadi bagian dari kondisi dunia yang telah jatuh. Brueggemann menekankan bahwa teologi Perjanjian Lama juga mengakui adanya ketegangan antara berkat perjanjian dan realitas penderitaan.<sup>37</sup> Oleh karena itu, model Daniel perlu dipahami sebagai paradigma normatif, bukan formula mekanistik. Menariknya, konsep kesehatan sebagai hidup yang selaras dengan tatanan ilahi memiliki resonansi dalam *evidence-based medicine*. Penelitian modern menunjukkan bahwa pola makan berbasis tumbuhan berkorelasi dengan penurunan risiko penyakit kronis. T. Colin menunjukkan bahwa diet berbasis tumbuhan utuh berkontribusi pada pencegahan penyakit degeneratif.<sup>38</sup> Bahwa kualitas diet nabati berkorelasi dengan kesehatan metabolik yang lebih baik dan penurunan mortalitas.<sup>39</sup> Demikian pula, ulasan sistematis oleh Satija et al. menegaskan bahwa kualitas diet nabati berkorelasi kuat dengan kesehatan metabolik dan mortalitas yang lebih rendah.<sup>40</sup> Dengan demikian, narasi Daniel dapat dibaca sebagai bentuk awal *empirical theology of health*, di

---

<sup>37</sup> W Brueggemann, *Theology of the Old Testament: Testimony, Dispute, Advocacy*, Fortress Press Books (Fortress Press, 2012), 402.

<sup>38</sup> T C Campbell and T M Campbell, *The China Study: The Most Comprehensive Study of Nutrition Ever Conducted and the Startling Implications for Diet, Weight Loss and Long-Term Health*, Online Access with Subscription: Proquest Ebook Central (BenBella Books, 2019), 95.

<sup>39</sup> Rifath Akbar Muhammad, "Studi Meta Analisis: Faktor Gizi Pada Kejadian Diabetes Melitus (Dm) Tipe 2 Dengan Obesitas" (UNIVERSITAS LAMPUNG, 2025).

<sup>40</sup> Ambika Satija et al., "Healthful and Unhealthful Plant-Based Diets and the Risk of Coronary Heart Disease in US Adults," *Journal of the American College of Cardiology* 70, no. 4 (2017): 412.

mana kesetiaan perjanjian menghasilkan praktik hidup yang secara empiris mendukung kesehatan. Covenant identity berfungsi sebagai dasar ontologis kesehatan karena menentukan orientasi hidup manusia yang selaras dengan hukum biologis ciptaan. Kesehatan dalam Daniel bukan mukjizat instan, melainkan hasil dari kehidupan yang konsisten dengan identitas perjanjian.

Secara teoretis, penelitian ini memperluas horizon teologi kesehatan melalui formulasi paradigma *preventive theology of health* berbasis narasi biblika. Pendekatan ini berkontribusi pada pengembangan antropologi teologis yang memandang kesehatan sebagai bagian dari *telos* penciptaan manusia. Secara praktis, model ini membuka ruang dialog antara teologi biblika dan *public health theology*, serta memberikan dasar konseptual bagi pengembangan pastoral kesehatan preventif dan pendidikan teologi kontekstual di Indonesia.

Dengan demikian, *covenant identity* berfungsi sebagai dasar ontologis kesehatan karena dapat menentukan orientasi hidup manusia (kepada Allah, bukan budaya dominan) yang selaras kondisi kesehatan hukum biologis ciptaan. Kesehatan dalam Daniel 1 bukan mukjizat instan, melainkan hasil hidup yang konsisten dengan identitas perjanjian. Hal ini memperkuat bahwa pola hidup sehat Nabi Daniel bukan hanya relevan secara teologis, tetapi juga koheren dengan prinsip-prinsip medis modern.

Secara teoretis, penelitian ini memperluas horizon teologi kesehatan dengan mengusulkan paradigma *preventive theology of health* berbasis narasi biblika. Pendekatan ini berkontribusi terhadap pengembangan antropologi teologis yang memandang kesehatan sebagai bagian dari *telos*

penciptaan manusia. Dengan demikian, kesehatan tidak hanya dipahami sebagai kondisi fisiologis, tetapi sebagai ekspresi keteraturan ontologis manusia dalam relasi dengan Sang Pencipta. Dalam konteks global, model ini membuka ruang dialog antara teologi biblika dan public health theology, khususnya dalam pengembangan pendekatan preventif berbasis nilai spiritual. Sementara dalam konteks Indonesia, model ini dapat menjadi dasar konseptual bagi pengembangan pastoral kesehatan preventif dan pendidikan teologi kontekstual yang integratif.

### KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa narasi Daniel 1:8–15 tidak hanya merepresentasikan praktik kesalehan individual, tetapi membentuk suatu model teologi kesehatan preventif yang integratif. Disiplin spiritual dalam kehidupan Daniel berfungsi sebagai fondasi regulasi diri yang membentuk pola hidup sehat secara konsisten dan berkelanjutan. Melalui praktik lifestyle embodiment, iman tidak berhenti pada ranah konseptual, tetapi terwujud dalam kebiasaan tubuh yang konkret, sehingga menghasilkan dampak nyata pada kondisi biologis dan psikologis. Lebih jauh, identitas perjanjian (covenant identity) memberikan dasar ontologis bagi kesehatan, di mana hidup yang selaras dengan kehendak Allah berkontribusi pada keteraturan dan kesejahteraan manusia secara holistik.

Kebaruan penelitian ini terletak pada formulasi paradigma *preventive theology of health* berbasis narasi biblika yang mengintegrasikan dimensi teologis, spiritual, dan medis secara sistematis. Model ini menegaskan bahwa kesehatan bukan semata-mata hasil intervensi medis, melainkan

ekspresi dari kehidupan yang terarah oleh iman dan diwujudkan dalam praktik hidup sehari-hari. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya kajian teologi kesehatan secara konseptual, tetapi juga menawarkan kerangka aplikatif bagi pengembangan pastoral kesehatan preventif dan pendidikan teologi kontekstual, khususnya dalam merespons tantangan penyakit berbasis gaya hidup di era modern.

### BIBLIOGRAPHY

- Badan Pusat Statistik. "Profil Kemiskinan Di Indonesia." *BPS*, 2024.
- Bosch, David J. *Transforming Mission: Paradigm Shifts in Theology of Mission*. New York: Orbis books, 2011.
- Brueggemann, W. *Theology of the Old Testament: Testimony, Dispute, Advocacy*. Fortress Press Books. Fortress Press, 2012.
- Campbell, T C, and T M Campbell. *The China Study: The Most Comprehensive Study of Nutrition Ever Conducted and the Startling Implications for Diet, Weight Loss and Long-Term Health*. Online Access with Subscription: Proquest Ebook Central. BenBella Books, 2019.
- Cockayne, Joshua, Nicholas Wolterstorff, and Jonathan C Rutledge. "United in Love: Essays on Justice, Art, and Liturgy." *ISD*, 2023.
- Collins, John J, and Peter W Flint. *The Book of Daniel, Volume 2 Composition and Reception*. Vol. 83. Brill, 2014.
- Doukhan, J. *Secrets of Daniel: Wisdom and Dreams of a Jewish Prince in Exile*. Review and Herald Pub. Association, 2000.
- Goldingay, J, N L DeClaissé-Walford,

- and P H Davids. *Daniel, Volume 30*. Word Biblical Commentary. Zondervan Academic, 2019.
- Hasel, Gerhard F. "Health and Healing in the Old Testament." *Andrews University Seminary Studies (AUSS)* 21, no. 3 (1983): 8.
- Ibu, Akwila Priska, and Julio Eleazer Nendissa. "Persoalan Etis Dalam Menyikapi Kematian Ternak Babi Di Kota Kupang , Nusa Tenggara Timur Dikaji Dari Teori Etika Lingkungan." *Jurnal, Sophia Kristen, Pendidikan* 4, no. 1 (2023): 17–29.  
<https://doi.org/https://doi.org10.34307/sophia.v4i1.166>.
- Koenig, Harold G., Tyler VanderWeele, and John R. Peteet. *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press New York, 2023.  
<https://doi.org/10.1093/oso/9780190088859.001.0001>.
- Koenig, Harold G. *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. Academic Press, 2018.
- Lavie, Carl J, Fabian Sanchis-Gomar, and Ross Arena. "Fit Is It in COVID-19, Future Pandemics, and Overall Healthy Living." In *Mayo Clinic Proceedings*, 96:7–9. Elsevier, 2021.
- Levin, Jeff, and Ellen Idler. "Religion, Aging, and Public Health." In *Oxford Research Encyclopedia of Global Public Health*, 2021.
- Long, Katelyn N G, and Tyler J VanderWeele. "Theological Virtues, Health, and Well-Being: Theory, Research, and Public Health." In *Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality*, 395–409. Springer, 2022.
- Muhammad Abdi Rahman, Norhikmah, Sarah. "Agama Dan Psikologi (Dampak Spritual Terhadap Kesehatan Mental)." *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 3, no. 6 (2024): 2661–69.  
<https://publisherqu.com/index.php/AI-Furqan/article/view/1500>.
- Muhammad, Rifath Akbar. "Studi Meta Analisis: Faktor Gizi Pada Kejadian Diabetes Melitus (Dm) Tipe 2 Dengan Obesitas." UNIVERSITAS LAMPUNG, 2025.
- Nakes, Ditjen, and R I Kemenkes. "Laporan Kinerja Direktorat Perencanaan Tenaga Kesehatan 2024." Ditjen Tenaga Kesehatan, Kemenkes RI, 2024.
- . "Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2025–2029." Direktorat Jenderal SDM Kesehatan, Kemenkes RI, 2025.
- Nugroho, Binuko Edi. "Rekonsiliasi Konflik Paulus Dalam Surat Filemon Bagi Gereja Di Indonesia : Sebuah Refleksi Teologis." *SAMI: Jurnal Sosiologi Agama Dan Teologi Indonesia* 2, no. 2 (2025): 245–72.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24246/sami.vol2i2pp245-272>.
- Organization, World Health. *WHO Global Water, Sanitation and Hygiene: Annual Report 2022*. World Health Organization, 2023.
- Ornish, Dean, and Anne Ornish. *Undo It!: How Simple Lifestyle Changes Can Reverse Most Chronic Diseases*. Ballantine Books, 2022.
- Pargament, Kenneth I. *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. Guilford press, 2021.
- Plantinga, Cornelius. *Not the Way It's Supposed to Be: A Breviary of Sin*. Eerdmans, 1996.
- Rippe, James M. "Lifestyle Medicine: The Health Promoting Power of

- Daily Habits and Practices.” *American Journal of Lifestyle Medicine* 12, no. 6 (2018): 499–512.
- Risna, Risna, Dian Devita, and Sri Amalia. “Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pidie.” *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 1 SE-Articles (January 2026): 1576–83.  
<https://doi.org/10.63822/j5pq7k50>.
- Satija, Ambika, Shilpa N Bhupathiraju, Donna Spiegelman, Stephanie E Chiuve, JoAnn E Manson, Walter Willett, Kathryn M Rexrode, Eric B Rimm, and Frank B Hu. “Healthful and Unhealthful Plant-Based Diets and the Risk of Coronary Heart Disease in US Adults.” *Journal of the American College of Cardiology* 70, no. 4 (2017): 411–22.
- Satija, Ambika, and Frank B Hu. “Plant-Based Diets and Cardiovascular Health.” *Trends in Cardiovascular Medicine* 28, no. 7 (2018): 437–41.
- Siswanto, Krido. “Peningkatan Kualitas Hidup Manusia Dalam Perspektif Teologi Dan Pendidikan Kristen.” In *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology*, 2:1–27, 2024.  
<https://doi.org/10.46445/nccet.v2i2.967>.
- Smith, James K A. *You Are What You Love: The Spiritual Power of Habit*. Brazos Press, 2016.
- Sondopen, Dorce, and Resa Junias. “PENDIDIKAN KARAKTER KRISTIANI DALAM KITAB DANIEL: EKSEGESIS DANIEL 1: 8 SEBAGAI FONDASI KETELADANAN DAN KETEGUHAN IMAN DI TENGAH BUDAYA ASING.” *Jurnal Excelsior Pendidikan* 6, no. 2 (2025): 12–24.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.51730/jep.v6i2.88>.
- Tarigan, Iwan Setiawan. “Eksegesis Dan Penelitian Teologis.” *Jurnal Teologi Cultivation* 5, no. 2 (2021): 86–102.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.46965/jtc.v5i2.722>.
- VanderWeele, T J. *A Theology of Health: Wholeness and Human Flourishing*. University of Notre Dame Press, 2024.
- Willard, Dallas. *Renovation of the Heart: Putting on the Character of Christ*. NavPress, 2021.
- Wright, C J H. *Old Testament Ethics for the People of God*. InterVarsity Press, 2019.
- Wright, N T. *The Day the Revolution Began: Reconsidering the Meaning of Jesus’s Crucifixion*. HarperCollins, 2016.