

**RELEVANSI *HOLY ANOREXIA* ALA CATHERINE DARI SIENA
TERHADAP PENDAMPINGAN PASTORAL KEPADA REMAJA
KRISTEN YANG MENAMPAKKAN INDIKASI ANOREKSIA NERVOSA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana
untuk Memperoleh Gelar Sarjana



Oleh

Reza Martaria

01092253

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

RELEVANSI *HOLY ANOREXIA* ALA CATHERINE DARI SIENA TERHADAP
PENDAMPINGAN PASTORAL KEPADA REMAJA KRISTEN YANG MENAMPAKKAN
INDIKASI ANOREKSIA NERVOSA
telah diajukan dan dipertahankan oleh :

REZA MARTARIA

01092253

dalam Ujian Skripsi Program Studi Ilmu Teologi

Fakultas Teologi

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Sains Teologi pada tanggal 20 Januari 2016

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. Pdt. Hendri Wijayatsih, M.A

(Dosen Pembimbing dan Penguji)

2. Pdt. Paulus Sugeng Widjaja, MAPS., Ph.D.

(Dosen Penguji)

3. Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th

(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 20 Januari 2016

Disahkan Oleh :

Dekan,

Kepala Program Studi S-1,



Pdt. Paulus Sugeng Widjaja, MAPS., Ph.D.

Pdt. Jeniffer Fresy Porelly Wowor, M.A

KATA PENGANTAR

Rasa Syukur yang senantiasa tidak berhenti terucap dari hati sanubari, yang menghantarkan penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Relevansi Holy Anorexia Ala Santa Catherina dari Siena terhadap Pendampingan Pastoral kepada Remaja yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa*”. Merupakan satu pencapaian yang luar biasa, yang telah dicapai oleh penulis.

Selama penulisan skripsi ini, penulis tidak sendirian dalam pencapaian ini. Adanya berbagai bantuan dari beberapa pihak, mengajak penulis untuk senantiasa mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Pdt. Agus Kurnianto, S.Th dan Ibu Mari Ningsih yang merupakan belahan jiwa penulis, yang selalu berusaha mendampingi, memberi semangat yang tidak pernah habis dan mendukung kelancaran studi penulis. Tidak lupa juga untuk kakak terkasih Eka Wijaya Kurniawan dan Nenek terkasih yang selalu mencurahkan kasih dan cintanya kepada penulis, penulis ucapkan terimakasih yang tak terhingga untuk segalanya. Pencapaian ini ditujukan untuk kalian, orang-orang terhebatku. Tetesan airmata kebahagiaan ini untuk kalian sebagai Sang motivatorku untuk menyelesaikan satu babak dalam hidupku;
2. Pakde Endro dan Bude Ari yang sudah mendukung dari segi semangat dan dana dari awal penulis menginjakkan kaki di UKDW. Terimakasih untuk keberadaannya yang selalu mencintai penulis dan tetap membantu tanpa syarat kepada penulis;
3. Ibu Pdt. Hendri Wijayatsih, M.A. yang dengan segala kebaikan dan ketulusan telah mendampingi serta mendukung penulis selama penulisan skripsi ini. Maturnuwun bu sudah memberi kepercayaan pada saya untuk selalu berproses lebih baik. Tetaplah menjadi inspirasi bagi penulis untuk bisa belajar mengenal diri dan mengembangkan setiap potensi dalam diri penulis;
4. Eko Prislianto, S.Si. Terimakasih sebanyak-banyaknya telah menemaniku dalam suka dan duka selama masa perkuliahan sampai akhirnya bersama-sama mencapai impian kita, yakni wisuda bersama. Penulis tidak tahu pasti, berapa liter keringat yang telah menetes, berapa ratus lapisan kesabaranmu yang tak pernah jenuh dan lelah menemani penulis selama ini. Ayo simpan tenaga untuk perjuangan kita selanjutnya kekasih, mari kita siapkan hati kita untuk merakit masa depan yang indah dan berharga di waktu selanjutnya;

5. Untuk Kristanti Winda, Merrys Kristian, Eka Putri Cahya yang selalu menemani penulis saat penulis membutuhkan semangat. “Kuliah yang rajin, jangan pacaran sesama anak teologi”. Semoga studi kalian selalu dilancarkan dan mendapatkan hasil yang memuaskan;
6. Untuk penghuni/alumni Castle 262 : Kak Yohanes, Mas Fajar, Anggi, Mas Bagus. Terimakasih untuk kehangatannya yang telah menemani penulis selama menjadi mahasiswa UKDW. Semangat bagi kalian semua. Tuhan beserta kita;
7. Kepada ketiga partisipan yang telah menyisihkan waktu guna menjadi narasumber skripsi ini, penulis mengucapkan terimakasih. Kepercayaan kalian telah membuat penulis mencapai kebahagiaan ini;
8. Untuk sahabatku Fiolinachika Br Purba, yang jauh disana. Penulis benar-benar terharu atas perhatianmu yang tidak pernah bosan mendengarkan keluh kesahku, yang selalu muncul saat penulis benar-benar membutuhkan seseorang. Terimakasih “rumput kecil”ku, semoga pelayananmu di sana dilancarkan dan menjadi hamba Tuhan yang handal;
9. Untuk sahabatku yang misterius Gelar Prakosa, akhirnya penulis selesai dan menyandang gelar Sarjana (hahaha). Terimakasih mas kosa yang menyemangati tulisan penulis, yang mengajarkan kepada penulis tentang artinya kesetiaan, kesabaran dan cinta. Terimakasih Sa;
10. Seluruh dosen Fakultas Teologi Duta Wacana, yang telah memberikan ilmu, berbagi pengalaman dan berdiskusi bersama sebagai upaya mengembangkan cara berpikir penulis dalam berteologia dan membantu penulis untuk berproses mengenali diri-sendiri sebagai ciptaan-Nya yang berharga;

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya. Penulis menyadari bahwa pembuatan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis menerima saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan ke arah sempurna. Di akhir kata, penulis ingin menyampaikan terima kasih terhadap semua pihak. Tuhan menyertai kita.

Pojok Klitren GK 3 Yogyakarta, 25 Januari 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
ABSTRAK	ix
PERNYATAAN INTEGRITAS	x
BAB I. PENDAHULUAN	
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Permasalahan	3
3. Judul Skripsi	3
4. Tujuan Penulisan	4
5. Metode Penulisan	4
6. Sistematika Penulisan	5
BAB II. <i>HOLY ANOREXIA</i> ALA SANTA CATHERINE DARI SIENA	
1. <i>Holy Anorexia</i>	7
1.1. Definisi <i>Holy Anorexia</i>	7
1.2. Pemahaman Anoreksia di Abad Pertengahan	8
1.3. Perempuan Suci yang Meninggal dalam Usia Muda	11
2. Catherine dari Siena	13
2.1. Siapakah Catherine dari Siena?	13
2.2. Hubungan Catherine dari Siena dengan Keluarganya	14
2.3. Spiritualitas Catherine dari Siena: “Jalan menuju Kesempurnaan”	16

3.	Pengalaman Mistik pada Abad Pertengahan tentang Tubuh Perempuan Suci	18
3.1.	Pemahaman Tubuh Perempuan Suci pada Abad Pertengahan	18
4.	Kesimpulan	21

BAB III. ANOREKSIA NERVOSA DAN HASIL PENELITIAN LAPANGAN

1.	Anoreksia Nervosa	23
1.1.	Definisi Anoreksia Nervosa	23
1.2.	Faktor-faktor Penyebab Anoreksia Nervosa	24
a)	Faktor Biologis	24
b)	Faktor keluarga	24
c)	Faktor Sosiokultural	25
d)	Faktor Perkembangan	26
1.3.	Rata-rata Usia Remaja yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa	26
2.	Hasil Penelitian Lapangan	27
2.1.	Biodata Singkat Partisipan	27
2.2.	Pergumulan yang dihadapi oleh Partisipan sebagai Remaja	27
2.2.1.	Pergumulan Internal	28
a)	Rasa Rendah Diri	28
b)	Rasa Malu	29
2.2.2.	Pergumulan External	30
a)	Orang tua atau Saudara	30
b)	Teman Sebaya	31
c)	Pandangan Masyarakat	31
2.3.	Analisis Terhadap Hasil Wawancara dengan Para Partisipan	33
2.3.1.	Analisis Fisik	33
2.3.2.	Analisis Psikologis	36
2.3.3.	Analisis Sosial	38
2.3.4.	Analisis Spiritual	41

3. Anoreksia Nervosa vs <i>Holy Anorexia</i>	43
--	----

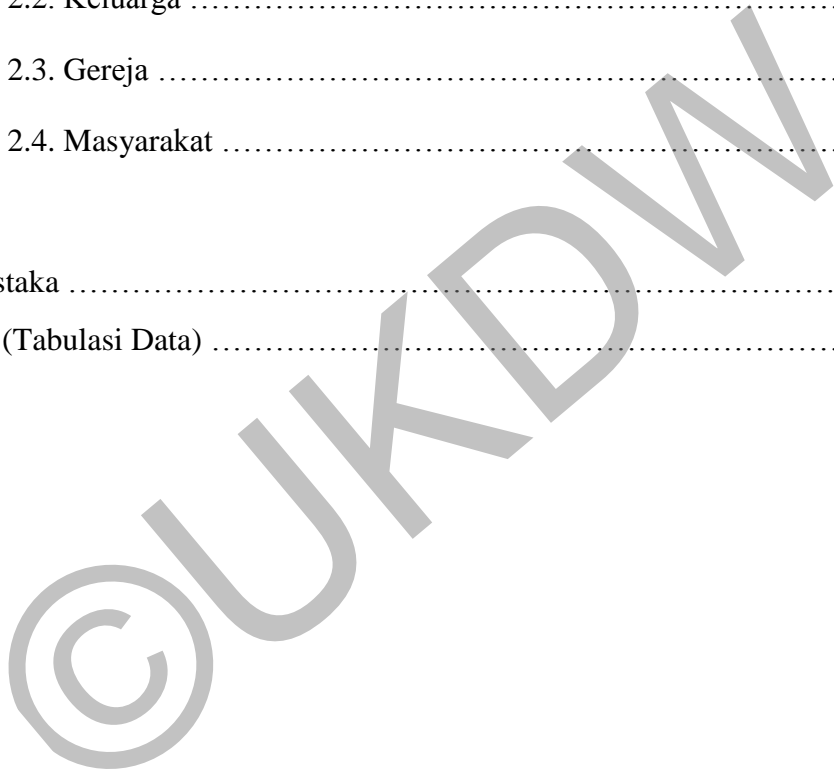
BAB IV. TEOLOGI TUBUH DAN PENDAMPINGAN PASTORAL BAGI REMAJA KRSITEN YANG MENAMPAKKAN INDIKASI ANOREKSIA NERVOSA

1. Teologi Tubuh sebagai Penghayatan yang Benar tentang Tubuh	49
1.1. Tubuh dan Pemaknaan Tubuh bagi Remaja Kristen yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa	51
1.2. Teologi Tubuh sebagai “Jembatan” bagi <i>Holy Anorexia</i> dan Anoreksia Nervosa	53
2. Pendampingan Pastoral	54
2.1. Definisi Pendampingan Pastoral	55
2.2. Bentuk-bentuk Pendampingan Pastoral	56
2.3. Fungsi-fungsi Pendampingan Pastoral	59
a) Fungsi Membimbing (<i>Guiding</i>)	59
b) Fungsi Mendamaikan (<i>Reconciling</i>)	60
c) Fungsi Menopang (<i>Sustaining</i>)	61
d) Fungsi Menyembuhkan (<i>Healing</i>)	62
e) Fungsi Mengasuh (<i>Nurturing</i>)	63
f) Fungsi Mengutuhkan	64
3. Faktor-faktor yang Mendukung Pemulihan	64
3.1. Komitmen Diri Sendiri untuk Bangkit dan Kembali Pulih	65
3.2. Keyakinan Iman kepada Tuhan	66
3.3. Penguatan dan Pujian	67
4. Pendukung Bagi Pemulihan	68
4.1. Keluarga	68
4.2. Teman dan Sahabat	69
4.3. Orang <i>Special</i>	70
4.4. Tenaga Profesional	70

a) Pendeta	75
b) Majelis	71
c) Tenaga Konselor atau Tenaga Medis	71

BAB IV. Penutup

1. Kesimpulan	72
2. Saran	73
2.1. Remaja Kristen yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa Anoreksia Nervosa	73
2.2. Keluarga	74
2.3. Gereja	76
2.4. Masyarakat	78
Daftar Pustaka	79
Lampiran (Tabulasi Data)	81



ABSTRAK

Relevansi *Holy Anorexia* Ala Catherine dari Siena terhadap Pendampingan Pastoral kepada Remaja Kristen Yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa

Oleh: Reza Martaria

Holy Anorexia yang pertama dimunculkan oleh Rudolph M. Bell merupakan salah satu jalan spiritualitas pada abad pertengahan dan menjadi sebuah cara seorang perempuan dapat membersihkan jiwanya melalui menjaga keperawanannya dan berpuasa secara ekstrim. *Holy Anorexia* ala Catherina dari Siena yang dipakai Bell untuk memberikan gambaran tentang bagaimana perempuan suci abad pertengahan dalam memahami tubuh. Perilaku yang hampir sama ditemukan pada gaya hidup orang pada masa kini yang dikenal dengan istilah Anoreksia Nervosa. Anoreksia Nervosa dipahami sebagai penyakit gangguan pola makan yang membuat setiap orang merasa cemas akan penampilan fisiknya. Relevansi keduanya terletak pada pemahaman bahwa keduanya merupakan epidemi yang menuntut penderitanya melakukan diet ketat dan penyiksaan diri.

Penulis menemukan beberapa remaja Kristen ada yang telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa dan menjadi pasrtisipan dalam penelitian skripsi ini. Dalam hal ini penulis ingin bahwa memang benar jika remaja Kristen telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Dalam merespon hal ini penulis merasa perlu untuk menolong remaja Kristen yang telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Untuk itu penulis menawarkan pemahaman tubuh yang baik melalui teologi Tubuh dari Paus Yohanes Paulus II. Selain itu penulis merasa bahwa remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa perlu mendapat pendampingan pastoral. Sebab remaja Kristen atau siapapun yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa bisa saja bukan hanya mengalami gangguan secara fisik, tetapi bisa juga mengalami gangguan jiwa dan pikiran. Untuk dapat menerapkan teologi tubuh pada remaja Kristen ada baiknya menggunakan pendampingan pastoral. Hal ini dirasa cara yang tepat untuk menolong remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa untuk mengalami pemulihan.

Kata kunci : *Holy Anorexia*, Catharine dari Siena, Anoreksia Nervosa, Pendampingan Pastoral, Remaja.

Lain-lain:

x + 78 hal; 2016

33 (1969-2012)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, M.A

PERNYATAAN INTEGRITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 20 Januari 2016



Reza Martaria

©UKDW

ABSTRAK

Relevansi *Holy Anorexia* Ala Catherine dari Siena terhadap Pendampingan Pastoral kepada Remaja Kristen Yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa

Oleh: Reza Martaria

Holy Anorexia yang pertama dimunculkan oleh Rudolph M. Bell merupakan salah satu jalan spiritualitas pada abad pertengahan dan menjadi sebuah cara seorang perempuan dapat membersihkan jiwanya melalui menjaga keperawanannya dan berpuasa secara ekstrim. *Holy Anorexia* ala Catherina dari Siena yang dipakai Bell untuk memberikan gambaran tentang bagaimana perempuan suci abad pertengahan dalam memahami tubuh. Perilaku yang hampir sama ditemukan pada gaya hidup orang pada masa kini yang dikenal dengan istilah Anoreksia Nervosa. Anoreksia Nervosa dipahami sebagai penyakit gangguan pola makan yang membuat setiap orang merasa cemas akan penampilan fisiknya. Relevansi keduanya terletak pada pemahaman bahwa keduanya merupakan epidemi yang menuntut penderitanya melakukan diet ketat dan penyiksaan diri.

Penulis menemukan beberapa remaja Kristen ada yang telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa dan menjadi pasrtisipan dalam penelitian skripsi ini. Dalam hal ini penulis ingin bahwa memang benar jika remaja Kristen telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Dalam merespon hal ini penulis merasa perlu untuk menolong remaja Kristen yang telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Untuk itu penulis menawarkan pemahaman tubuh yang baik melalui teologi Tubuh dari Paus Yohanes Paulus II. Selain itu penulis merasa bahwa remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa perlu mendapat pendampingan pastoral. Sebab remaja Kristen atau siapapun yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa bisa saja bukan hanya mengalami gangguan secara fisik, tetapi bisa juga mengalami gangguan jiwa dan pikiran. Untuk dapat menerapkan teologi tubuh pada remaja Kristen ada baiknya menggunakan pendampingan pastoral. Hal ini dirasa cara yang tepat untuk menolong remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa untuk mengalami pemulihan.

Kata kunci : *Holy Anorexia*, Catharine dari Siena, Anoreksia Nervosa, Pendampingan Pastoral, Remaja.

Lain-lain:

x + 78 hal; 2016

33 (1969-2012)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, M.A

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Sejarawan Rudolph M. Bell dari Universitas Arizona melakukan penelitian mendalam tentang Perempuan Suci pada abad pertengahan, beliau ingin meneliti apakah mereka memang menunjukkan perilaku anoreksia. Bell mendapatkan data bahwa lebih sepertiga dari 261 Perempuan Suci (Santa) yang diakui oleh Gereja Katolik yang tinggal di Italia setelah tahun 1200 menunjukkan tanda-tanda yang jelas dari anoreksia.¹ Maka sangat dimungkinkan mereka yang telah menunjukkan tanda-tanda tersebut meninggal dalam kondisi sebagai pengidap anoreksia.² Melalui sumber tersebut menurut Bell perilaku anoreksia sudah ada sejak abad pertengahan (1200-1500).³ Peristiwa tersebut berada pada abad pertengahan, di mana saat itu penolakan dan penyiksaan pada tubuh tidak sekedar dipahami sebagai penolakan terhadap fisik, tetapi juga sebagai jalan menuju Tuhan.⁴

Berdasarkan penelitian pola hidup tersebut Bell memberikan istilah *Holy Anorexia* kepada perilaku para Perempuan Suci tersebut.⁵ Baginya *Holy Anorexia* merupakan salah satu gaya spiritualitas yang sangat dihormati pada abad pertengahan dan menjadi sebuah cara seorang perempuan dapat membersihkan jiwanya melalui menjaga keperawanannya dan berpuasa secara ekstrim.⁶ Bell mengambil Santa Catherine dari Siena sebagai contoh yang mengalami perilaku dari para Perempuan Suci tersebut serta sumber utama dalam penelitiannya.⁷ Menurut Bell, Catherine dari Siena melakukan hal tersebut untuk dapat mengosongkan dirinya secara daging dan menjadi suci di hadapan Tuhan.⁸ Bell menyimpulkan bahwa pada abad pertengahan tersebut tidak ada pihak yang menganggap hal itu sebagai sebuah penyakit karena penyiksaan pada tubuh merupakan bentuk kesetiaan pada yang Tuhan.⁹ Namun

¹ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, (London: University of Chicago Press, 1985), h. ix

² Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. ix

³ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. x

⁴ Caroline W Bynum: *Holy Fast and Holy Feast: the Religious Significance of Food to Medieval Women*. (Berkeley: University of California Press, 1988), h, 228.

⁵ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 1

⁶ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 1

⁷ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 12

⁸ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 12

⁹ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 15

menurutnya masyarakat modern menganggap bahwa anoreksia merupakan penyakit gangguan pola makan dan kejiwaan yang membutuhkan pencegahan, pengobatan dan penyembuhan.¹⁰

Perilaku yang hampir sama ditemukan pada gaya hidup orang pada masa kini. Perilaku tersebut dikenal dengan istilah Anoreksia Nervosa. Dalam dunia medis istilah Anoreksia Nervosa dipahami sebagai penyakit gangguan pola makan yang membuat setiap orang merasa cemas akan penampilan fisiknya.¹¹ Gangguan ini biasanya membuat orang terobsesi mengurangi berat badan secara berlebihan dan memakai segala cara untuk mendapatkan tubuh kurus dan terkadang mengabaikan kesehatan.¹² Bahkan Anoreksia Nervosa bisa berdampak pada pola pikir. Gangguan ini biasanya menimpa para model dan penari balet karena dituntut untuk langsing supaya performanya tetap terlihat maksimal.¹³ Sebenarnya gangguan pola makan bisa menimpa siapapun.

Di Amerika, sekitar 9 dari 10 perempuan telah menjadi pengidap Anoreksia Nervosa.¹⁴ Sekalipun tidak menutup kemungkinan laki-laki juga pengidap Anoreksia Nervosa. Banyak pengidap Anoreksia Nervosa meninggal di usia dini, dan kurang lebih lima hingga delapan belas persen dirawat secara intensif akibat gangguan ini.¹⁵ Berdasarkan penelitian tersebut, gangguan ini telah menyerang kalangan orang yang berusia produktif (15-30 tahun).¹⁶

Untuk itu hal pertama yang ingin penulis teliti lebih jauh adalah mengenai relevansi *Holy Anorexia* dengan Anoreksia Nervosa. Penulis ingin membuktikan apakah keduanya memiliki kesamaan, atautkah keduanya adalah sesuatu yang beda sama sekali.

Selanjutnya, fenomena Anoreksia Nervosa memang bagi masyarakat Indonesia belum terlalu dikenal dan fenomena ini memang lebih dikenal di dunia Barat. Namun, berdasarkan pra penelitian dan obsevasi yang dilakukan oleh penulis, didapatkan hipotesa awal bahwa di Indonesia sudah ada orang-orang yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Bahkan penulis melihat remaja Kristen ada beberapa yang telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Untuk itu penulis ingin meneliti lebih lanjut apakah memang benar remaja Kristen telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

Melihat bahaya dari Anoreksia Nervosa yang dapat merenggut nyawa seseorang. Penulis merasa perlu untuk menolong remaja Kristen yang telah menampakkan indikasi Anoreksia

¹⁰ Rudolph M Bell, *Holy Anorexia*, h. 15

¹¹ Charlotte Stark, *Anorexia Nervosa*, (London: The Mental Health Foundation, 2000), h. 1

¹² Charlotte Stark, *Anoreksia Nervosa*, h. 1

¹³ Charlotte Stark, *Anoreksia Nervosa*, h. 10

¹⁴ Charlotte Stark, *Anoreksia Nervosa*, h. 2

¹⁵ Daniel A. Leone, *Anorexia*, (San Diego: Greenhaven Press, Inc., 1969), h. 10

¹⁶ Charlotte Stark, *Anorexia Nervosa*, h. 2

Nervosa. Untuk itu penulis menawarkan pemahaman tubuh yang baik melalui teologi Tubuh dari Paus Yohanes Paulus II. Selain itu penulis merasa bahwa remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa perlu mendapat Pendampingan Pastoral. Sebab orang yang mengidap ataupun yang baru menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa bisa saja bukan hanya mengalami gangguan secara fisik, tetapi bisa juga mengalami gangguan jiwa dan pikiran. Maka menurut penulis pendampingan pastoral merupakan cara yang tepat untuk menolong remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa untuk bisa mengalami pemulihan.

2. Rumusan Masalah

Untuk menolong penulis dapat menjelaskan karya ilmiah yang hendak dibuat, ada beberapa pertanyaan sebagai rumusan masalah. Adapun pertanyaan tersebut sebagai berikut:

1. Apa itu *Holy Anorexia* ala Catherine dari Siena?
2. Apa relevansi *Holy Anorexia* ala Catherine dari Siena dan Anoreksia Nervosa?
3. Bagaimana relevansi *Holy Anorexia* Ala Catherine dari Siena dan Anoreksia Nervosa terhadap pendampingan pastoral bagi remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa pada masa kini?

3. Judul Skripsi

Judul dalam skripsi ini adalah:

Relevansi *Holy Anorexia* Ala Catherine dari Siena terhadap Pendampingan Pastoral kepada Remaja yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa

Penulis mengangkat judul seperti ini karena ada 3 alasan :

- a) Penulis tertarik menulis hal ini karena belum banyak orang mengetahui tentang *Holy Anorexia* dan Anorexia Nervosa serta relevansi keduanya. Selain itu belum banyak orang yang menyadari bahwa orang-orang yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa memerlukan perhatian yang serius. Seringkali orang menganggap indikasi Anoreksia Nervosa merupakan hal yang wajar sehingga mereka terkesan membiarkan dan tidak berpikir tentang resiko besar yang sedang mengancam.

- b) Penulis berharap permasalahan yang diangkat pada skripsi ini dapat membuka wawasan bersama untuk lebih memperhatikan remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.
- c) Adanya upaya pendampingan pastoral untuk menolong dan memulihkan remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

4. Tujuan Penulisan

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan dari penulisan ini adalah:

1. Penulis melihat relevansi dari pemahaman *Holy Anorexia* ala Catherine dari Siena dengan Anoreksia Nervosa yang terjadi di kalangan remaja Kristen pada saat ini.
2. Melalui penulisan skripsi ini, penulis ingin memberikan sumbangan yang khas berupa usulan-usulan pendampingan pastoral terhadap remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

5. Metode Penulisan

Metode penulisan yang akan digunakan untuk penulisan skripsi ini adalah:

a) Metode Kualitatif

Metode kualitatif ini akan digunakan oleh penulis untuk melakukan pendekatan pada kehidupan partisipan sehingga diperlukan keterlibatan langsung untuk dapat mengamati dan mengobservasi partisipan dalam kesehariannya. Oleh sebab itu, metode yang digunakan oleh penulis dalam melakukan penelitian adalah observasi partisipatif dan wawancara melalui model pertanyaan terbuka. Penelitian dilakukan kepada 3 orang perempuan remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Ketiganya masih terdaftar sebagai mahasiswa. Berdasarkan pra penelitian partisipan sudah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa dalam rentang waktu 3-5 tahun. Penulis melakukan wawancara pada tanggal 23-27 Oktober 2015 di tiga tempat yang berbeda yakni, Semarang, Surabaya, dan Jogjakarta. Penulis memilih ketiga partisipan tersebut karena masih merupakan teman dari penulis, sehingga memudahkan untuk menggali lebih dalam tentang apa yang mereka rasakan mengenai indikasi Anoreksia Nervosa. Dalam metode observasi partisipatif dan wawancara, penulis melakukan pengamatan, mendengarkan, berbicara, berinteraksi,

bertanya dan menangkap apa yang tersirat sembari tetap menghargai situasi dan kondisi yang menyekitari mereka.

b) Studi Literatur

Penulis juga menggunakan studi literatur untuk mendukung penulis dalam memberikan teori tentang *Holy Anorexia* dan Anoreksia Nervosa.

6. Sistematika Penulisan

BAB I: Pendahuluan

Pada bab ini penulis menjelaskan latar belakang masalah, fokus permasalahan yang akan dibahas, batasan permasalahan, judul tulisan (penjelasan judul), tujuan penulisan, metode penulisan dan sistematika penulisan.

BAB II: Holy Anorexia Ala Santa Catherine dari Siena

Di sini penulis akan memaparkan kehidupan Catherine dari Siena untuk melihat lebih mendalam mengenai *Holy Anorexia*. Hal ini dimaksudkan untuk melihat kelemahan dan kelebihan dari *Holy Anorexia* itu sendiri. Selain itu penulis ingin melihat pemikiran apa saja yang menjadikan *Holy Anorexia* menjadi hal yang sangat sakral untuk dilakukan para perempuan suci pada masa lalu.

BAB III: Anoreksia Nervosa dan Hasil Penelitian Lapangan

Pada bab ini penulis akan menjelaskan mengenai konsep tentang Anoreksia Nervosa dari segi definisi, penyebab dan dampak dari Anoreksia Nervosa. Hal tersebut akan ditunjang dengan pemaparan data yang diperoleh dari penelitian melalui wawancara yang telah dilakukan sebelumnya. Temuan-temuan berupa informasi yang didapatkan dari ketiga partisipan yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa akan dianalisa dan akan menjadi dasar untuk pembahasan pada bab-bab berikutnya.

BAB IV: Teologi Tubuh dan Pendampingan Pastoral bagi Remaja Kristen yang Menampakkan Indikasi Anoreksia Nervosa

Pada bagian ini penulis menjelaskan tentang teologi tubuh sebagai sebuah tawaran teologis dalam menghayati tubuh. Dengan teologi tubuh diharapkan pelaku *Holy Anorexia* dan pengidap Anoreksia Nervosa yang mengalami kehilangan identitas diri dapat menemukan kembali keutuhan pemaknaan tubuh sebagai bagian dari ciptaan yang harus dijaga, dilindungi dan dirawat, bukan disiksa agar dapat memenuhi obsesi pribadi. Untuk menemukan identitas diri tersebut mereka perlu ditolong. Untuk menolong remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa penulis menawarkan pendampingan pastoral sebagai sebuah solusi yang tepat. Kemudian akan dijelaskan mengenai prinsip-prinsip dalam pendampingan pastoral yang berisi pengertian pendampingan pastoral, tujuan, fungsi pendampingan pastoral dan tahap-tahap dalam pendampingan pastoral, serta refleksi teologis terhadap aksi pastoral yang dilakukan terhadap menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Harapan dari penulis, gagasan ini dapat menjadi referensi bagi gereja dalam melakukan pendampingan pastoral bagi remaja Kristen yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

BAB V: Penutup

Pada bab ini akan dikemukakan mengenai kesimpulan dari semua yang telah dipaparkan, tentu yang berkaitan dengan penjelasan dari judul skripsi. Kemudian saran-saran yang perlu diperhatikan oleh pihak-pihak yang terkait dengan pendampingan pastoral terhadap remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

BAB V

PENUTUP

1. Kesimpulan

Holy Anorexia merupakan sebutan khusus kepada perilaku yang dilakukan oleh beberapa perempuan suci pada masa abad pertengahan yang mengalami gangguan pola makan yang tidak seperti biasanya dan bisa menyebabkan kematian karena mengabaikan kebutuhan tubuh mereka (seperti berpuasa dan memuntahkan makanan secara berlebihan). Catherina dari Siena adalah salah satu dari sekian para santa yang mengidap hal tersebut. Tujuannya adalah untuk memiliki kedekatan secara spiritual kepada Kristus dengan cara menyiksa dirinya dengan cara melaparkan dirinya. Dan perilaku semacam ini juga ditemukan pada abad modern ini, yang lebih dikenal dengan istilah Anoreksia Nervosa. Secara khusus Anoreksia Nervosa menunjukkan perilaku hilangnya nafsu makan atau keengganan untuk makan dengan tujuan mempercantik penampilannya. Bahkan saat ini beberapa remaja Kristen telah menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa.

Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa relevansi *Holy Anorexia* Ala Catherina dari Siena dan Anoreksia Nervosa adalah keduanya merupakan gangguan kesehatan yang mengarah pada gangguan kejiwaan dan mental. Namun, jika ditinjau dari segi tujuan keduanya memang berbeda sama sekali. Sebab *Holy Anorexia* Ala Catherina dari Siena lebih menekankan pada sisi spiritualitas, sedangkan Anoreksia Nervosa pada penerimaan diri dari lingkungan.

Penulis ingin mengingatkan bahwa siapa saja terutama para remaja yang masih dalam tahap mencari identitas diri biasanya lebih akan rentan terkena gejala menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Pada kesempatan ini penulis melakukan sebuah penelitian dan memusatkan perhatian kepada remaja kristen yang memiliki kecenderungan menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Melalui penelitian tersebut mereka memang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Mereka tidak menyadari bahwa hal ini dapat berdampak fatal bagi tubuh dan jiwa mereka. Keinginan untuk selalu mendapatkan pengakuan dari orang lain terkait penampilan fisiknya membuat mereka melakukan banyak cara untuk menggapainya.

Tidak ada yang melarang seseorang untuk berpenampilan lebih menarik, tapi harusnya masih dalam batas kewajaran. Hal seperti ini tidak berlaku bagi mereka yang menampakkan

indikasi Anoreksia Nervosa, mereka cenderung memaksakan segala sesuatunya untuk mendapatkan apa yang mereka idamkan yang terkait dengan penampilan fisiknya. Melakukan diet yang berlebihan, berolahraga yang melebihi yang tubuh butuhkan, secara pelan-pelan akan berdampak tidak baik bagi mereka. Selalu cemas mengenai apa yang orang katakan terhadap mereka adalah bukti bahwa mereka masih berada dalam tahap pencarian identitas. Dalam kondisi inilah pendampingan kepada remaja pengidap Anoreksia Nervosa dibutuhkan.

Melalui skripsi ini, penulis memaparkan metode pendampingan pastoral yang sesuai dengan kebutuhan para remaja terkait dengan Anoreksia Nervosa. Bersamaan dengan itu penulis menawarkan pandangan teologis dalam menghayati tubuh yang dapat dipakai dalam pendampingan pastoral. Dengan diberikannya pemahaman mengenai teologi tubuh diharapkan mereka yang mengalami kehilangan identitas diri dapat menemukan kembali keutuhan pemaknaan tubuh sebagai bagian dari ciptaan yang harus dijaga, dilindungi dan dirawat, bukan disiksa agar dapat memenuhi obsesi pribadi. Untuk menemukan identitas diri tersebut mereka perlu ditolong. Untuk tujuan tersebut, penulis menawarkan pendampingan pastoral sebagai sebuah solusi yang tepat. Diharapkan dari penulisan ini didapat suatu referensi keluarga, gereja, serta masyarakat dalam melakukan pendampingan pastoral bagi mereka.

2. Saran

Penulis mengusulkan saran pertama untuk keluarga, gereja dalam memberikan pendampingan pastoral dan masyarakat yang juga disarankan mengambil bagian dalam pendampingan ini. Selanjutnya saran akan diberikan kepada pengidap Anoreksia Nervosa agar mereka dapat kembali pulih untuk memperbaiki kehidupan mereka dalam berbagai aspek.

2.1. Remaja Kristen yang Menampakkan Indikasi pengidap Anoreksia Nervosa

Dalam hal ini penulis berharap para remaja pengidap Anoreksia Nervosa dapat mengembangkan dirinya dengan cara yang positif, seperti :

1. Belajar tentang diri – sendiri, peka terhadap setiap informasi, tanggapan, umpan balik, baik yang positif maupun yang negatif, tentang diri, entah lewat pengalaman, atau diberikan oleh orang-orang yang berarti penting bagi diri. Terutama peka terhadap informasi yang tak sesuai dengan pandangan sendiri. Ujilah informasi tersebut dan jangan langsung mudah terpengaruh olehnya, bisa saja informasi itu salah dan menyebabkan pikiran dan hati kita terganggu.

2. Mengembangkan kemampuan untuk menemukan dan meresapkan ke dalam hati, unsur-unsur positif, dan mengolah segi-segi negatif yang ada dalam diri personal, serta mengenali hal-hal secara netral. Supaya untuk kedepannya remaja bisa lebih memiliki pikiran yang positif mengenai kemampuannya yang dimiliki sebelumnya.
3. Menerima dan mengakui diri sebagai manusia biasa dengan segala kelebihan dan kekurangannya, dapat berhasil dan dapat gagal. Memang tidak akan selalu sesuai dengan cita-cita yang orang miliki. Terkadang juga dapat jauh dari cita-cita dan akhirnya menjadi manusia yang sungguh tidak diharapkan. Maka dari itu partisipan harus bisa menerima diri apa adanya, sambil selalu berusaha untuk memperbaiki, mengembangkan dan menyempurnakan diri.
4. Memandang diri sebagai manusia yang berharga dan mampu menjalani hidup ini dengan tujuan dan cita-cita menjadi manusia yang bermutu dan mampu menyumbang hal yang baik dalam hidup partisipan masing-masing. Remaja seharusnya dapat memilah untuk memiliki cita-cita yang baik terkait dengan impiannya di masa depan. Dan selalu berusaha menggapainya dengan cara yang tidak instan, belajar untuk selalu berproses, menerima kegagalan, serta selalu bangkit setelah gagal. Dapat membuat remaja akan menghargai setiap usaha dan kerja kerasnya.

2.2. Keluarga

1. Keluarga sebaiknya menciptakan suasana yang hangat

Keluarga mempunyai peran penting dalam pembentukan diri si anak, maka dari itu keluarga harusnya menjadi tempat perlindungan pertama saat seorang anak mengalami sebuah permasalahan. Dalam kasus Anoreksia Nervosa, keluarga memiliki peran besar dalam mendampingi mereka yang telah terjangkit penyakit ini. Keluarga harus menyediakan diri untuk bisa menjadi tempat bagi mereka menumpahkan segala keluh kesahnya. Walaupun dalam beberapa kasus, keluarga yang justru seringkali menjadi pelaku utama yang membuat seseorang terkena gangguan ini.

Keluarga atau lebih tepatnya orang bisa menjadi tempat dimana remaja ini berlabuh. Gejala umum pada remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa adalah merasa tertolak atau dituntut memiliki tubuh yang “ideal” menurut lingkungannya. Untuk itu keluarga sebaiknya menciptakan suasana yang lebih harmonis, adanya sikap saling menghargai dan memberikan

perhatian merupakan langkah awal yang bisa dilakukan untuk mencegah mereka terjerumus pada Anoreksia Nervosa. Jika memang sudah terlanjur mengidap, maka orang tua memang harus bisa menyediakan waktu untuk mendengarkan segala pergumulan anaknya. Setidaknya dengan perhatian dan rasa nyaman serta *support* dari keluarga membuat partisipan memiliki rasa percaya diri dan mampu mendorong mereka untuk pulih. Terlebih mereka dapat mengubah paradigma yang salah mengenai tubuh. Perang orang tua sangat besar disini untuk dapat memberikan bimbingan yang tepat akan perlakuan sang anak pengidap Anoreksia Nervosa terhadap tubuh. Oleh karena itu penting juga keluarga untuk belajar tentang bagaimana memaknai tubuh supaya proses pendampingan pastoral bisa berjalan dengan maksimal.

2. Keluarga sebaiknya menyediakan waktu luang untuk saling *sharing*

Orang tua sebagai orang yang mengetahui karakter anaknya, sudah semestinya lebih peka ketika melihat hal-hal yang dirasa janggal terjadi pada anaknya. Sebagai orang tua yang bijak seharusnya mampu menempatkan diri untuk bisa menjadi tempat berbagi apapun dengan anaknya. Membangun sebuah kedekatan emosial antara orang tua dan anak dirasa sangat penting dalam pendampingan pastoral, terkhusus dalam menangani remaja yang menampakkan Anoreksia Nervosa. Tanamkan kepercayaan dan mampu dipercaya oleh anak bisa menjadi sebuah tawaran bagi anak untuk bisa membagikan atau *sharing*-kan setiap pengalamannya. Kasus Anoreksia Nervosa yang biasanya berawal dari merasa tidak diterimanya mereka di lingkungan sosialnya, menjadi peluang untuk keluarga menjadi tempat yang bisa mereima keberadaan mereka.

Jika memang persoalan anak (pengidap) awalnya justru obesitas seharusnya diarahkan untuk bisa menguruskan badan dengan cara yang baik dan sesuai anjuran dokter agar tetap memperhatikan kesehatan tubuh mereka. Bukan kemudian mendukung berbagai cara untuk kurus tanpa memperhatikan sisi kesehatan tubuh mereka. Keluarga melalui pendampingan pastoral diharapkan juga dapat menemukan berbagai hal yang memberikan pengalaman untuk bisa menjadi tempat berbagi (*sharing*) bagi pengidap yang merasa tertolak dan dituntut “*langsing*” oleh pandangan lingkungan sosialnya.

Di masa kini memang terkadang jarang orang tua dan anak bisa *sharing* bersama. Kesibukan masing-masing terkadang menjadi alasan dan kendala utama. Namun, dengan melihat keprihatinan bersama ini, penulis mengajak kesadaran orang tua untuk bisa memperhatikan anaknya secara lebih intensif. Walaupun bukan bermaksud mengajak orang tua mengawasi

anaknya 24 jam, tetapi bisa lebih peka terhadap setiap tindakan yang dilakukan anaknya. Kuncinya disini adalah rasa saling percaya dan membutuhkan menjadi yang utama. Orang tua dan anak (remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa) membutuhkan ruang dan waktu untuk bisa duduk berbagi pergumulan terkait apa yang dialami oleh anak.

Sharing ini tidak harus dibawa dalam suasana yang serius, melainkan dengan suasana yang santai, rileks dan bisa saling menanamkan rasa nyaman satu dengan yang lain. Niscaya ketika rasa percaya dan nyaman sudah terjalin pengidap Anoreksia Nervosa akan dapat dengan mandiri sebuah keputusan-keputusan bijak untuk bisa dipulihkan. Berikan kepada anak kepercayaan untuk bisa menentukan sikap supaya mereka bisa menemukan identitas diri mereka yang kokoh, dan menemukan gambar diri yang memang serupa dengan Kristus.

2.3. Gereja

1. Gereja memberikan pelayanan pendampingan pastoral

Berdasarkan keprihatinan penulis tentang Anoreksia Nervosa yang telah masuk dalam ranah gereja. Dalam hal ini penulis telah memiliki temuan dari hasil penelitian bahwa remaja Kristen telah terbukti menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Ada baiknya gereja mempertimbangkan fenomena ini. Mungkin sekarang belum menjadi hal yang terlihat berbahaya, tetapi berdasarkan temuan penulis dari penelitian yang telah dilakukan, ada baiknya jika dilakukan sebuah antisipasi sejak dini.

Jika memang sudah terindikasi atau sudah terbukti ada yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa tidak ada salahnya gereja membuat sebuah pelayanan khusus dalam menangani hal ini. Perkunjungan dan *support* dari saudara seiman tentu akan semakin menguatkan mereka untuk segera mendapat pemulihan. Perhatian dan rasa penerimaan akan membuat batin mereka yang terluka dapat segera terobati, sekalipun mungkin lingkungan sosial yang lain menuntut mereka untuk memiliki tubuh “ideal” akan dapat tertanggulangi dengan pendampingan secara khusus dari pihak gereja. Sebagaimana diketahui bahwa sebenarnya secara tidak langsung mereka memiliki persoalan dalam hubungannya dengan Tuhan. Melalui pelayanan atau pendampingan pastoral yang dilakukan gereja justru akan lebih menolong mereka untuk kembali bisa menemukan jalan yang benar.

2. Gereja memberikan penambahan materi katekisasi mengenai Teologi Tubuh.

Perkunjungan kepada remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa memang adalah salah satu alternatif yang bisa dilakukan gereja. Namun, selain itu gereja bisa memberikan pemahaman yang benar tentang makna tubuh dalam proses belajar katekisasi. Ini menjadi sebuah penawaran yang menarik bagi gereja yang selama sangat jarang menyentuh tentang kesehatan dalam proses pembelajaran katekisasi.

Gereja biasanya lebih banyak menekankan tentang doktrin, hal sebenarnya bisa dipakai untuk mengajarkan tentang teologi tubuh. Supaya anak-anak menjadi paham tentang bagaimana harus memaknai tubuh, bahwa pemberian Tuhan yang satu ini sudah semestinya diperlakukan dengan baik. Pembentukan perspektif yang benar tentang tubuh setidaknya akan membuat anak-anak dalam usia remaja akan bisa menemukan identitas mereka sesuai dengan gambar Allah bukan gambar-gambar yang diciptakan manusia dan tuntutan duniawi saja.

3. Gereja mengadakan sebuah kegiatan yang menunjang bakat para remaja

Terinspirasi dari apa yang dialami oleh partisipan B dan C pada penelitian penulis, mereka berdua sebenarnya adalah remaja Kristen yang memiliki bakat dan potensi yang luar biasa – yang tidak banyak dimiliki oleh anak-anak seusia mereka. Ini bisa menjadi pertimbangan gereja untuk melihat potensi-potensi remaja Kristen untuk kemudian dikembangkan. Menurut penulis gereja perlu mempertimbangkan bahwa terkadang anak-anak yang justru berbakat tidak diterima atau merasa rendah di lingkungan mereka. Untuk itu gereja bisa memfasilitas mereka untuk berkarya. Walaupun salah satunya mereka memiliki tubuh yang tidak “ideal” menurut orang-orang yang ada di sekitar mereka.

Penolakan atau merasa tidak diterima apalagi dituntut untuk menjadi “sempurna” dari teman-temannya membuat mereka justru dapat kehilangan bakat dan potensinya. Rasa malu dan cemas akan menurunkan daya kreatifitas mereka. Untuk itu gereja harus melihat peluang ini untuk bisa mengembangkan setiap bakat dan talenta yang dimiliki oleh para remaja Kristen.

4. Gereja memberikan khotbah yang terkait dengan “penerimaan diri”

Hal yang paling sederhana yang bisa dilakukan oleh gereja untuk menolong atau mengantisipasi menyebarnya Anoreksia Nervosa adalah dengan meng-edukasi jemaat melalui khotbah atau *sharing* pada saat pendalaman Alkitab. Hal ini dirasa amat penting oleh penulis, karena ini adalah kesempatan untuk bisa menggali makna tubuh dari firman Allah. Jadi

kehidupan yang sehat bukan hanya untuk kebutuhan duniawi saja, melainkan juga untuk membangun hubungan yang dekat dengan Tuhan.

Khotbah yang disampaikan perlu juga menafsirkan kembali tentang ayat-ayat yang menyampaikan betapa sempurnanya Allah menciptakan tubuh, dan tubuh yang tidak boleh untuk dirusak atau dicemari. Dengan hal ini diharapkan remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa atau jemaat secara umum mendapat pemahaman yang jelas mengenai betapa pentingnya menjaga tubuh pemberian Allah. Menjaga tubuh sebagai ciptaan yang sempurna, berarti juga mengagungkan Allah sebagai penciptanya.

2.4. Masyarakat

Mengubah pola pikir masyarakat mengenai standar kecantikan memang tidak mudah. Dalam proses pendampingan pastoral lingkungan sosial adalah sebagai salah satu yang turut andil dalam pembentukan paradigma dari remaja yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa. Untuk itu jika akan mengubah pandangan umum tentang pemahaman mereka tentang tubuh yang “ideal” memang bukan perkara gampang karena itu sangat relatif sekali.

Dalam proses pendampingan pastoral yang sedang dilakukan membutuhkan tenaga ekstra, selain membangun paradigma yang benar kepada mereka yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa, tetapi juga kepada masyarakat. Sosialisasi tentang pentingnya menghargai orang lain dan cara sopan satu bertutur kata perlu ditekankan. Sebab mereka yang menampakkan indikasi Anoreksia Nervosa sangat sensitif dengan perkataan dari orang lain. Masyarakat perlu juga mendapat edukasi yang tepat tentang kesehatan tubuh, kurus atau langsing bukan ukuran orang sehat. Untuk itu gaya hidup sehat yang lebih ditekankan, ketimbang kurus dan dianggap cantik, tapi sebenarnya sudah tidak sehat.

Untuk mengedukasi masyarakat bisa dilakukan seminar atau penyuluhan tentang perlu menghargai tubuh dengan menjaga kesehatan. Terlebih lagi, masyarakat ketika melihat seseorang yang sudah terindikasi kuat mengidap Anoreksia Nervosa jangan lagi dipergunjingkan atau menjadi bahan gosip. Melainkan mereka harus ditolong untuk bisa mengalami pemulihan dan hidup secara sehat. Penulis tetap optimis bahwa hal ini bisa dilakukan, walaupun harus dimulai dari lingkungan terdekat, misalnya teman sekolah, teman bermain, dan bahkan teman satu gereja.

DAFTAR PUSTAKA

e) Buku

- A.S, Jacobs, *Christ Circumcised: A Study in Early Christian History and Difference*, Philadelphia, University of Pennsylvania Press, 2012
- Baharati, A., *The Light of Center*, Santa Barbara, Ca: Ross-Erikson, 1976
- Bell, Rudolph M, *Holy Anorexia*, London, University of Chicago Press, 1985
- Beek, Aart Martin van, *Pendampingan Pastoral*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007
- Bynum, Caroline W *Holy Fast and Holy Feast: the Religious Significance of Food to Medieval Women*. Berkeley, University of California Press, 1988
- Capua, Raymonda da ,*Legenda Major S, Catherine of Siena (transl. by Giuseppe Tinagli)*, Siena: Cantagalli, 1934
- Centi, Paul J., *Mengapa Rendah Diri?*, Yogyakarta :Kanisius, 1993
- Clinebell, Howard, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, Yogyakarta: Kanisius, 2002
- Christiani Kartika, Tabita, “*Pendidikan Kristiani dengan Pendekatan Spiritualitas*”, dalam: *Mendesain Ulang Pendidikan Teologi*, Buku Penghormatan untuk Pdt. Em. Judowibowo Poerwowidagdo, Ed. Jozef M.N Hehanussa & Budyanto, Yogyakarta: Duta Wacana University Press, 2012
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2005
- E, Underhill, *Mysticism*. New York : Meridian, 1972
- Flood, Gavin, *The Ascetic Self*, Cambridge: Cambridge University Press, 2004
- Geldard, Kathryn, *Partisipan Remaja; Intervensi Praktis Bagi Remaja Berisiko*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2012
- George Langemeyer, dalam Wolfgang Beinert dan Francis Schussler Fiorenza (eds.), *Handbook of Catholic Theology*, New York: The Crossroad Publishing Company, 2000
- Ginting, Edi Suranta, *Berkenalan dengan Asketisme*, Bandung: Satu, 2007
- Hardjana, Agus M, *Religiositas, Agama dan Spiritualitas*, Yogyakarta: Kanisius, 2005

- Leone, Daniel A., *Anoreksia*, San Diego: Greenhaven Press, Inc. 1969
- Mayeroff, Milton, *Mendampingi Unttuk Menumbuhkan*, Yogyakarta: Kanisius, 1993
- Merleau-Ponty, Maurice, dalam *Embodiment* oleh James B. Nelson, USA: Ausburg Publishing House, 1979
- M, Camille, *Gothic Art: Glorious Visions*. Upper Saddle River, NJ, Prentice Hall, 1996
- Normandi, Carol Emery dan Laurelee Roark, *Over It*, 2001
- Pinel, Philippe, *A Treatise on Insanity* (di terjemahkan oleh David D. Davis).1962
- Stark, Charlotte. *Anoreksia Nervosa*. London: The Mental Health Foundation. 2000
- Strom, Bons, *Apakah Penggembalaan itu*”, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2000
- Markam Sumarno, Suprpti, *Pengantar Psikologis Klinis*, Jakarta: UI-Press, 2003
- The Missionary Society of St Paul, *Catherine of Siena: The Dialogue*, ed. by Richard J Payne, New Jersey: Paulist Press, 1980
- Uboldi, R., *Caterina da Siena*. Siena: Camunia, 1995
- West, Christoper, *Theology of The Body for Begginers. A Basic Introduction to Pope John Paul II's Sexual Revolution*, West Chester. PA: Ascension Press, 2004
- Sarwono, Sarlito Wirawan, *Psikologi Remaja*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1988

f) Jurnal

- Reda, Mario, *Anorexia and The Holiness of Saint Catherine of Siena*, dalam *Journal of Criminal Justice and Popular Culture*, vol. 8, no. 1 (Italia: University of Siena 2001), h. 37-47
- Pike & Rodin, *Mothers, and Daughters, and disordered eating. Journal of Abnormal Psychology*, 100, 1991.
- Groesz, L.M dkk, *The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction:a meta-analytic review* dalam *International Journal of Eating Disorders*.

g) Sumber internet

- <http://hariansehat.com/porsi-olahraga-menurunkan-berat-badan-dalam-seminggu/> di unduh pada tanggal 7 Agustus 2015 pada pukul 12.01 WIB