
KULINER SEBAGAI PEREKAT KEBANGSAAN: INTEGRASI SOSIAL MELALUI MAKANAN TRADISIONAL

Dwinda Azzahra Andriawan¹, Raden Azka Hasna Muthiah², Ratna Fitria³
dwindaazzahra99@gmail.com¹, azkahasnamuthiah@gmail.com², ratna_fitria@upi.edu³
Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Keberagaman etnis dan budaya di Indonesia berpotensi menimbulkan sekat sosial sehingga memerlukan medium non-politis yang mampu memperkuat kohesi sosial. Penelitian ini menganalisis peran kuliner tradisional sebagai instrumen budaya dalam memediasi integrasi sosial dan memperkuat perekat kebangsaan. Metode yang digunakan adalah kajian literatur kualitatif dengan analisis deskriptif berbasis teori Nasionalisme dan Simbolisme Budaya. Hasil kajian menunjukkan bahwa kuliner tradisional berperan sebagai simbol identitas kolektif lintas daerah, ruang komunal yang mendorong interaksi sosial inklusif, serta media resiprositas melalui pertukaran dan adopsi budaya antar-daerah. Disimpulkan bahwa kuliner tradisional merupakan modal budaya strategis yang mampu membangun rasa memiliki, mereduksi ketegangan sosial, dan menjaga keharmonisan nasional. Oleh karena itu, diperlukan penguatan kebijakan budaya untuk mengoptimalkan peran kuliner sebagai agen pemersatu bangsa.

Kata Kunci: Kuliner Tradisional; Integrasi Sosial; Perekat Kebangsaan; Nasionalisme; Kohesi Sosial.

ABSTRACT

Indonesia's ethnic and cultural diversity has the potential to create social divisions, thus requiring effective non-political mediums to foster social cohesion. This study analyzes the role of traditional cuisine as a cultural instrument that actively mediates social integration and strengthens national unity. The research employs a qualitative literature review with a descriptive analytical approach, drawing on the theoretical frameworks of Nationalism and Cultural Symbolism. The findings indicate that traditional cuisine functions in three main dimensions: as a symbol of collective identity that transcends regional boundaries, as a communal space that encourages inclusive social interaction, and as a medium of reciprocity through the exchange and adaptation of culinary practices across regions. It is concluded that traditional cuisine serves not only basic needs but also as a strategic cultural capital capable of reducing social tensions, fostering a sense of belonging, and maintaining national harmony. Therefore, the study recommends strengthening cultural policies to optimize the unifying role of cuisine.

Keywords: Traditional Cuisine; Social Integration; National Unity; Social Cohesion.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara majemuk dengan tingkat keberagaman etnis, budaya, bahasa, dan tradisi yang sangat tinggi, merentang dari Sabang hingga Merauke. Keberagaman ini di satu sisi merupakan kekayaan nasional yang menjadi sumber daya tak ternilai bagi pembangunan identitas bangsa (Anwar, 2023), namun di sisi lain, kompleksitas sosial ini berpotensi menimbulkan sekat sosial dan friksi apabila tidak dikelola secara inklusif dan berkelanjutan (Suharto, 2024). Oleh karena itu, upaya untuk memelihara persatuan nasional dan integrasi sosial merupakan agenda fundamental yang berkelanjutan, dan dibutuhkan medium pemersatu yang mampu melampaui perbedaan identitas primordial tanpa muatan politis yang berpotensi memecah belah.

Dalam konteks pencarian medium pemersatu, kajian seringkali didominasi oleh pendekatan formal politik dan hukum. Namun, penelitian ini berargumen bahwa elemen budaya sehari-hari memiliki peran yang jauh lebih strategis, salah satunya adalah kuliner tradisional atau tata boga. Makanan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai pemenuh kebutuhan biologis, tetapi juga merepresentasikan nilai-nilai sosial, sejarah, kearifan lokal, serta identitas kolektif suatu masyarakat (Geertz, 1973). Setiap daerah di Indonesia memiliki ragam kuliner khas yang lahir dari interaksi antara kondisi geografis, sumber daya alam, dan budaya lokal. Dalam praktik sosial, kuliner kerap hadir dalam berbagai ruang kebersamaan, seperti upacara adat, perayaan keagamaan, hingga interaksi antarindividu lintas latar belakang sosial. Kehadiran makanan dalam ruang-ruang tersebut menjadikan kuliner sebagai sarana komunikasi budaya yang bersifat inklusif dan mudah diterima.

Lebih jauh, makanan tradisional memiliki potensi besar sebagai instrumen integrasi sosial. Proses produksi, distribusi, dan konsumsi makanan sering kali melibatkan interaksi sosial yang intens, sehingga mampu membangun rasa saling mengenal, menghargai, dan memperkuat solidaritas sosial. Fenomena ini sejalan dengan konsep Gastro-Nasionalisme, yaitu praktik di mana masakan daerah diangkat menjadi simbol yang memperkuat identitas dan loyalitas kebangsaan (Ray, 2012). Hidangan khas daerah yang telah melewati proses "naturalisasi" dan diterima secara luas di Nusantara seperti Rendang, Sate, atau Soto berubah menjadi ikon kolektif yang secara emosional mengikat berbagai etnis. Pertukaran kuliner antardaerah, misalnya melalui festival budaya atau pariwisata, turut mendorong terciptanya pemahaman lintas budaya.

Meskipun peran kuliner dalam kehidupan sosial terasa kuat dan relevan dengan upaya persatuan, kajian mengenai kuliner sebagai instrumen integrasi sosial dan perekat kebangsaan masih relatif terbatas. Penelitian yang ada cenderung memosisikannya sebatas sebagai bagian dari kajian pariwisata atau ekonomi kreatif, kurang mendalami dimensi sosial-budaya dalam membangun kohesi sosial di tengah masyarakat multikultural. Padahal, kuliner memiliki dimensi sosiologis yang signifikan.

Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji peran makanan tradisional secara analitis sebagai medium integrasi sosial yang mampu memperkuat persatuan dan identitas kebangsaan di Indonesia. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran simbolik dan praktis kuliner dalam membangun kohesi sosial dan Solidaritas Mekanik antar-etnis.

Artikel ini diawali dengan Pendahuluan yang memaparkan latar belakang, urgensi, dan tujuan penelitian. Selanjutnya, Tinjauan Pustaka akan membahas kerangka teoritis Nasionalisme dan Simbolisme Budaya. Bagian Metode Penelitian akan menjelaskan teknik kajian literatur kualitatif yang digunakan. Kemudian, Pembahasan akan memaparkan temuan dan analisis mengenai peran kuliner dalam integrasi sosial. Artikel ini akan diakhiri dengan Kesimpulan dan saran.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Metode Campuran (Mixed-Methods) dengan desain sekuensial eksploratif. Tahap pertama adalah Kajian Literatur Kualitatif yang bertujuan untuk menganalisis dan membangun kerangka teoritis mengenai Nasionalisme dan Integrasi Sosial berdasarkan jurnal dan buku referensi. Tahap kedua adalah pengumpulan data Kuantitatif melalui survei dengan instrumen Google Form untuk mengumpulkan persepsi dan pengalaman masyarakat dari berbagai kalangan responden mengenai peran kuliner tradisional sebagai perekat kebangsaan. Pengumpulan data kuantitatif dilakukan menggunakan teknik non-probability sampling (convenience sampling). Data kuantitatif yang terkumpul dianalisis secara deskriptif statistik sederhana, sementara data kualitatif dari literatur dianalisis secara Deskriptif Kualitatif untuk menarik kesimpulan yang komprehensif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian dikumpulkan dari 32 responden yang mengisi kuesioner daring (Google Form). Hasil survei ini dibagi menjadi data demografi responden dan temuan kunci terkait peran kuliner sebagai perekat kebangsaan.

Dari total 32 responden, mayoritas berada pada rentang usia 18 – 20 tahun (63,1%), diikuti oleh usia 20 – 25 tahun (15,6%), usia <17 tahun (9,4%), dan usia >25 tahun (9,4%). Dominasi usia remaja muda (18-25 tahun) ini relevan dengan generasi yang sangat aktif menggunakan media digital, sehingga potensial dalam pelestarian budaya melalui platform digital (Kurniawan & Adnyani, 2022). Responden didominasi oleh laki-laki (59,4%) dibandingkan perempuan (40,6%). Dari sisi asal daerah, responden berasal dari berbagai wilayah, dengan dominasi dari Bandung (40,6%), disusul oleh Garut (18,8%), dan berbagai daerah lain seperti Jakarta, Bandung Barat, Jawa Tengah, dan Ngamprah. Keberagaman asal daerah ini menunjukkan bahwa isu kuliner tradisional relevan dan mencerminkan keberagaman latar budaya Indonesia.

Hasil survei menunjukkan bahwa 84,4% responden menyatakan mengetahui makanan tradisional Indonesia, sementara 15,6% menyatakan hanya mengetahui beberapa. Hal ini menegaskan bahwa identifikasi kuliner lokal masih kuat dalam memori budaya masyarakat. Terkait frekuensi konsumsi, sebagian besar responden mengonsumsi makanan tradisional sesekali (46,9%), diikuti oleh sering (43,8%). Hanya 9,3% responden yang menyatakan jarang atau tidak pernah. Ini menegaskan bahwa makanan tradisional masih menjadi bagian dari pola makan generasi muda, meskipun konsumsinya bersifat situasional (Henderson, 2019). Menariknya, aktivitas memasak makanan tradisional justru lebih rendah, di mana mayoritas menyatakan tidak pernah (43,8%) atau sesekali (31,3%) memasak, dan hanya 25% yang sering/sangat sering.

Persepsi responden terhadap kuliner sebagai instrumen integrasi sosial menunjukkan hasil yang sangat positif; Kuliner sebagai Perekat Kebangsaan: Sebanyak 90,6% responden menyatakan setuju (59,4%) dan sangat setuju (31,3%) bahwa makanan tradisional dapat menjadi perekat kebangsaan. Hanya 9,4% yang menyatakan kurang setuju. Tingginya tingkat persetujuan ini mengindikasikan bahwa generasi muda mengakui peran simbolis kuliner dalam menyatukan identitas. Sikap ini merupakan implementasi nilai Sila ke-3, karena kuliner tradisional berfungsi sebagai elemen pemersatu identitas nasional yang diterima oleh semua lapisan masyarakat. Kuliner dan Rasa Cinta Tanah Air: Sebanyak 96,8% responden menyatakan setuju (56,3%) dan sangat setuju (40,6%) bahwa menyantap makanan tradisional dapat menumbuhkan rasa cinta tanah air.

Temuan survei secara konsisten memperlihatkan adanya koneksi kuat antara kuliner tradisional dan sentimen nasionalisme di kalangan responden muda, yang secara filosofis merefleksikan implementasi nilai-nilai luhur Pancasila dalam kehidupan sehari-hari.

Tingginya persentase responden yang meyakini kuliner dapat menjadi perekat kebangsaan (90,6%) dan menumbuhkan rasa cinta tanah air (96,8%) merupakan cerminan nyata dari pengamalan Sila Ketiga, Persatuan Indonesia. Kuliner tradisional, yang diterima dan dikonsumsi lintas etnis, berfungsi sebagai elemen pemersatu identitas nasional yang melampaui sekat-sekat primordial. Rasa bangga kolektif terhadap hidangan Nusantara menumbuhkan solidaritas, memperkuat persatuan, dan menegaskan identitas kebangsaan yang inklusif di tengah keberagaman.

Kuliner tradisional seringkali merupakan sumber pangan yang merakyat dan dapat dinikmati oleh berbagai lapisan masyarakat tanpa memandang batas ekonomi. Konsumsi yang bersifat situasional dan umum ini sejalan dengan semangat Sila Kelima, Keadilan Sosial bagi Seluruh Rakyat Indonesia. Makanan tradisional, yang mudah diakses dan menjadi kekayaan bersama, mencerminkan adanya pemerataan dan ketersediaan sumber daya pangan yang dapat dijangkau lintas kelas sosial, sehingga mendukung terwujudnya kesejahteraan bersama dalam bingkai kehidupan berbangsa yang harmonis.

Pengakuan responden terhadap pentingnya kuliner sebagai bagian dari identitas bangsa (90,6% setuju/sangat setuju) menunjukkan adanya sikap menghargai warisan budaya dan kearifan lokal yang diciptakan oleh generasi terdahulu. Sikap ini merupakan refleksi dari Sila Kedua, Kemanusiaan yang Adil dan Beradab, melalui penghargaan terhadap karya dan warisan budaya yang diciptakan manusia, dan diwariskan untuk kemaslahatan generasi selanjutnya.

Dengan demikian, hasil survei membuktikan bahwa kuliner tradisional bukan hanya isu gastronomis, melainkan telah menjadi modal sosial yang secara kultural dan emosional efektif dalam memelihara integritas bangsa dan menguatkan Bhinneka Tunggal Ika di tingkat praktis.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis kajian literatur dan hasil survei yang telah dilakukan, dapat ditarik beberapa kesimpulan kunci mengenai peran kuliner tradisional sebagai medium Integrasi Sosial dan Perekat Kebangsaan di Indonesia.

1. Peran Sentral Kuliner dalam Memperkuat Kohesi Sosial

Kuliner tradisional terbukti melampaui fungsi primernya sebagai pemenuh kebutuhan biologis, dan bertransformasi menjadi modal budaya (cultural capital) yang efektif dalam menjaga kohesi sosial. Hasil survei menguatkan pandangan teoritis Gastro-Nasionalisme, di mana mayoritas responden muda (90,6%) setuju dan sangat setuju bahwa makanan tradisional berperan sebagai perekat kebangsaan. Hal ini diwujudkan melalui tiga dimensi utama:

- **Simbolisme Identitas Kolektif:** Kuliner daerah yang diangkat dan diterima secara nasional (seperti Soto atau Rendang) menjadi ikon bersama yang menghilangkan sekat etnis, menciptakan rasa kepemilikan kolektif, dan memperkuat loyalitas terhadap identitas Indonesia.
- **Mediasi Komunal Inklusif:** Ruang konsumsi kuliner (warung, festival) berfungsi sebagai ruang komunal yang inklusif, memfasilitasi interaksi dan dialog antar-individu dari latar belakang yang beragam, sehingga secara mikro mereduksi ketegangan sosial.

2. Keterkaitan Kuat dengan Sentimen Nasionalisme dan Nilai Pancasila

Tingkat persetujuan responden yang sangat tinggi (96,8%) bahwa menyantap makanan tradisional dapat menumbuhkan rasa cinta tanah air menunjukkan adanya koneksi emosional yang kuat antara gastronomi dan sentimen nasionalisme. Hubungan ini merefleksikan pengamalan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan berbangsa:

- Penguatan Sila Ketiga (Persatuan Indonesia): Rasa bangga kolektif terhadap kuliner yang dikonsumsi lintas etnis adalah cerminan nyata dari persatuan, di mana kuliner menjadi jembatan untuk menguatkan solidaritas di tengah keberagaman.
- Cerminan Sila Kelima (Keadilan Sosial): Kuliner tradisional yang merakyat dan mudah diakses oleh semua lapisan masyarakat menegaskan adanya kesejahteraan pangan dan keadilan sosial dalam konteks konsumsi budaya.

3. Keberlanjutan dalam Tradisi Sosial

Meskipun frekuensi memasak makanan tradisional secara pribadi oleh responden cenderung rendah (hanya 25% yang sering/sangat sering memasak), keberlanjutan warisan kuliner tetap terjaga. Hal ini terbukti dari 96,9% responden yang menyatakan bahwa keluarga atau masyarakat sekitar mereka masih sering menghadirkan masakan tradisional. Ini menunjukkan bahwa tradisi kolektif dan lingkungan sosial memiliki peran dominan dalam melanggengkan identitas kuliner, yang menjadi fondasi kuat bagi keberlanjutan integrasi sosial.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa kuliner tradisional terbukti merupakan instrumen non-politis yang efektif dalam mewujudkan integrasi sosial dan memperkokoh persatuan nasional di kalangan generasi muda Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, T. (2023). *Aset Keberagaman dan Pembangunan Identitas Bangsa*. Jakarta: Penerbit Indonesia Maju.
- Budiman, A. (2024). Kuliner Nusantara sebagai Representasi Identitas Kolektif di Tengah Dinamika Globalisasi. *Jurnal Kajian Budaya dan Gastronomi Indonesia*, 12(2), 101–118.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Durkheim, É. (1984). *The Division of Labour in Society* (W. D. Halls, Terj.). The Free Press. (Karya asli diterbitkan 1893)
- Geertz, C. (1973). *The Interpretation of Cultures: Selected Essays*. Basic Books.
- Henderson, L. S. (2019). *Food and Culture: An Anthropological Perspective*. Routledge.
- Kurniawan, D. & Adnyani, P. (2022). Peran Media Sosial dalam Pelestarian Kuliner Tradisional di Kalangan Generasi Z. *Jurnal Komunikasi Massa*, 8(1), 45–60.
- Pilcher, J. M. (2012). *The Oxford Handbook of Food History*. Oxford University Press.
- Ray, K. (2012). Gastro-nationalism: Cuisine and the Struggle for Identity. *Gastronomica: The Journal of Food and Culture*, 12(3), 5–15.
- Smith, J. A. (2023). Managing Diversity and National Integrity in Archipelago States. *Journal of Political Science and Public Administration*, 15(4), 200–215.
- Suharto, I. (2024). Tantangan Kohesi Sosial di Era Multikulturalisme: Studi Kasus Konflik