



Pancasila di Atas Piring: Merefleksikan Nilai-Nilai Kebangsaan dalam Kuliner Nusantara

Haifa Khansa Khaisya*, Ratna Fitria, Ratri Assyifa Putri, Railivan Lintang Diaz Yudistiagis, Widya Nurin Syarafina

Universitas Pendidikan Indonesia

Abstrak: Pancasila sebagai dasar negara Indonesia telah mengakar pada tradisi nusantara yang tercerminkan dalam kehidupan sehari-hari sejak lama, termasuk kuliner tradisional. Penelitian deskriptif kuantitatif ini menganalisis peran makanan tradisional sebagai representasi identitas budaya di tengah tantangan globalisasi yang mengikis kepribadian bangsa, khususnya pada generasi muda akibat westernisasi dan individualisme. Hasil menunjukkan bahwa, makanan nusantara memiliki dampak signifikan sebagai unsur identitas bangsa. Memiliki kedudukan yang sama pentingnya dengan berbagai jenis instrumen kebudayaan yang ada di Indonesia. Dengan demikian, pelestarian kuliner tradisional menjadi tanggung jawab kolektif yang harus didukung melalui pendidikan, keterlibatan masyarakat, serta kontribusi generasi muda, sehingga nilai budaya, persatuan, dan identitas bangsa tetap lestari di tengah gelombang globalisasi.

Kata kunci: Identitas Bangsa, Pancasila, Makanan Tradisional, Pelestarian

DOI: <https://doi.org/10.47134/jpn.v3i2.2393>

*Correspondence: Haifa Khansa Khaisya

Email: haifakhansakhai@gmail.com

Received: 19-12-2025

Accepted: 19-01-2026

Published: 19-02-2026



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Abstract: Pancasila as Indonesia's state foundation has long been rooted in Nusantara traditions, reflected in everyday life including traditional cuisine. This descriptive quantitative research analyzes the role of traditional food as a representation of cultural identity amid globalization challenges that erode national character, particularly among the younger generation due to Westernization and individualism. The results show that Nusantara cuisine has a significant impact as an element of national identity. It holds equal importance to various existing cultural instruments in Indonesia. Therefore, the preservation of traditional cuisine becomes a collective responsibility that must be supported through education, community involvement, and contributions from the younger generation, ensuring cultural values, unity, and national identity remain intact amid the waves of globalization.

Keywords: National Identity, Pancasila, Tradisional Cuisines, Preservation.

Pendahuluan

Pancasila terbentuk berdasarkan kebiasaan serta tradisi yang berlaku di nusantara. Jauh sebelum pembentukan serta pengesahan Pancasila sebagai dasar negara, nilai-nilai didalamnya sudah diterapkan oleh masyarakat. Ketuhanan, Kemanusiaan, Persatuan, Musyawarah, serta tambahan cita-cita bangsa yaitu Keadilan sosial. Perlu disadari bahwa nilai-nilai Pancasila tersebut selalu hadir dalam kehidupan sehari-hari, bahkan dalam hal kecil atau mungkin dianggap sederhana, yaitu makanan. Makanan bukan hanya sebuah hidangan, hasil olahan bahan baku, bahkan kebutuhan primer manusia untuk hidup, namun makanan memiliki makna lebih di dalamnya. Makanan mencerminkan kehidupan bangsa, sejarah, serta mempunyai fungsi sosial dalam kehidupan masyarakat.

Dengan fenomena globalisasi sebagai tantangan universal masyarakat, mulai terkikis kepribadian bangsa, terutama dikalangan generasi muda. Mulai masuknya budaya westernisasi, ketergantungan terhadap teknologi, dan memudarnya kebersamaan yang tergantikan dengan gaya hidup individualisme. Oleh karena itu makanan tradisional atau kuliner nusantara tersendiri memiliki peran sebagai media penguatan identitas bangsa. Dan makanan-makanan ini perlu dijaga eksistensinya agar dapat terus hadir dan dapat dikenalkan pada generasi seterusnya.

Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka dalam penelitian ini mencakup berbagai pembahasan yang berkaitan. Menurut Ari Ambarwati (2019), Indonesia memiliki potensi sumber daya pangan yang melimpah, jauh lebih banyak dibandingkan bahan-bahan yang masyarakat ketahui. Untuk bahan makanan pokok tersendiri ada sekitar 77 jenis tanaman yang dapat dijadikan sumber karbohidrat tersendiri, namun sayangnya potensi bahan pangan tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai sumber pangan. Makanan tradisional juga merupakan salah satu bentuk konkret dari warisan budaya yang mencerminkan kehidupan dan kepercayaan masyarakat di suatu daerah, dan hal ini berarti bahwa makanan bukan hanya kebutuhan primer namun makanan memiliki nilai filosofis dan kebudayaan yang mendalam (Egydia Slavina. *et al.* 2024.) Pelestarian makanan tradisional merupakan salah satu cara untuk mempertahankan makanan tradisional agar tetap ada dan sebagaimana seharusnya ada seperti pada pembangunan pariwisata kuliner. Dalam upaya pelestarian, selain penentuan target pasar, pemasaran dan promosi sosial media pun dapat membantu upaya pelestarian makanan tradisional dalam masyarakat (Aprilia Andriyanti & Budi Setiawan, 2024.)

Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk menggambarkan pengetahuan, persepsi, kebiasaan, sikap, serta upaya generasi muda mengenai betapa eratnya nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari dan bentuk penanaman identitas bangsa dalam diri. Pendekatan kuantitatif dipilih karena dapat menghasilkan data objektif dan terukur. Dengan hal tersebut, proses analisis data akan sistematis terhadap kecenderungan responden berdasarkan data numerik yang diperoleh.

Populasi penelitian ini merupakan generasi muda Indonesia dan terbagi menjadi 3 kalangan dengan berbagai latar asal daerah yaitu, populasi berusia kurang dari 18 tahun, populasi berusia 18 hingga 20 tahun, dan populasi dengan usia 20 hingga 25 tahun. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu *convenience sampling*. Sampel penelitian terdiri dari individu yang mengisi kuesioner melalui *Google Form* secara sukarela.

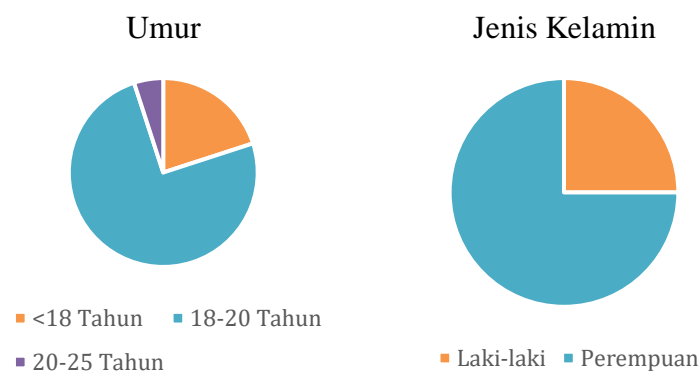
Data yang diolah merupakan data primer yang didapatkan melalui kuesioner elektronik. Data tersebut mencakup tingkat konsumsi makanan tradisional, pemahaman terhadap nilai-nilai terkandung dalam makanan nusantara, persepsi mengenai korelasi antara makanan tradisional dengan pembentukan identitas bangsa dalam diri, serta kesediaan responden dalam mempromosikan makanan tradisional Indonesia melalui sosial media.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner elektronik yang berisi pertanyaan tertutup dan skala likert. Pertanyaan yang diajukan yaitu mengenai, frekuensi konsumsi makanan tradisional, persepsi mengenai hubungan kebiasaan konsumsi dengan identitas bangsa, tingkat pemahaman terhadap peran makanan tradisional sebagai pemersatu bangsa, dan minat generasi muda dalam melestarikan dan mempromosikan makanan tradisional melalui media sosial.

Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan persentase responden terhadap setiap pertanyaan. Hasil analisis disajikan dalam bentuk naratif untuk memudahkan pemahaman terhadap fenomena yang ditemukan.

Hasil dan Pembahasan

Data dalam penelitian ini diperoleh secara daring melalui pengisian kuesioner Google Form yang telah dibagikan kepada 40 orang responden dalam jangka waktu dari tanggal 6 Desember s.d 10 Desember 2025. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 40 responden mayoritas berada di rentang umur 18-20 tahun 75%, diikuti dengan usia <18 tahun 20%, dan usia 20-25 tahun 5%. Responden didominasi perempuan 75% dan laki-laki 25%.



Gambar 1. Data Umur dan Jenis Kelamin Responden

Mayoritas responden berasal dari Tangerang Selatan 35%, diikuti Bekasi 15%, Jakarta 12,5%, Kuningan 10%, dan daerah lain seperti Bogor, Garut, Cimahi, Sukabumi, Makassar, Cisauk, Klaten dan Jogja.

Sebagian besar responden 97,5% mengenal berbagai jenis makanan tradisional Indonesia dan 2,5% tidak. Kemudian, sebagian responden 50% menjawab sangat sering mengonsumsi makanan tradisional Indonesia, sering 20%, kadang-kadang 20%, dan jarang 10%. Hal yang menarik adalah 100% responden memahami bahwa kuliner Nusantara merupakan bagian dari budaya bangsa Indonesia.

Sebanyak 77,5% responden sangat setuju mengenai kuliner tradisional memiliki nilai yang sama pentingnya dengan budaya lain seperti tarian dan pakaian adat, setuju 17,5%, dan netral 5%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kesadaran yang tinggi terhadap peran kuliner tradisional sebagai bagian integral dari identitas budaya.

Berdasarkan Kitab Sutasoma karya Mpu Tantular, semboyan bangsa Indonesia *Bhinneka Tunggal Ika* memiliki arti "berbeda-beda tetapi tetap satu" yang melambangkan

persatuan dari toleransi antara perbedaan agama, suku, ras, dan budaya yang ada di Indonesia. 62,5% dari responden merasa sangat setuju bahwa keberagaman kuliner Nusantara mencerminkan nilai *Bhinneka Tunggal Ika*, setuju 30%, dan netral 7,5%.

Melalui kuliner tradisional, kita dapat mempererat rasa persatuan antar masyarakat. 57,5% responden merasa sangat setuju dengan pernyataan tersebut, 37,5% lainnya merasa setuju, dan 5% lainnya netral. Selain itu, proses pembuatan makanan tradisional mencerminkan nilai gotong royong, seperti pada proses pembuatan dodol yaitu ngaru/mengaduk dodol bersama-sama. 50% dari responden merasa sangat setuju dengan pernyataan tersebut, 30% lainnya setuju, dan 20% menjawab netral. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memahami bahwa kuliner tradisional Indonesia memiliki hubungan dengan sila ke-3 Pancasila yang berbunyi "Persatuan Indonesia". Kuliner Nusantara juga memiliki nilai toleransi antar budaya dan suku bangsa seperti akulturasi dalam penggunaan rempah-rempah lokal yang dipadukan dengan teknik memasak dari budaya yang lain. Sebagian responden 52,5% menjawab sangat setuju, 37,5% setuju, dan 10% netral.

Sila ke-4 Pancasila yang berbunyi "Kerakyatan yang dipimpin oleh hikmat kebijaksanaan dalam permusyawaratan/perwakilan" juga memiliki hubungan yang dekat dengan kuliner Nasional. Melalui tradisi makan bersama, seperti liwetan, juga mencerminkan nilai musyawarah dan kebersamaan. Sebagian besar responden 65% menjawab sangat setuju dengan pernyataan tersebut, 27,5% setuju, dan 7,5% netral.

Keberagaman kuliner di Indonesia mencerminkan nilai budaya, penghormatan, serta simbol kebersamaan. Oleh karena itu kita harus merasa bangga ketika berbagai kuliner daerah disajikan bersama dalam satu acara. 55% dari responden merasa sangat setuju dengan pernyataan tersebut, 37,5% setuju, dan sisanya 7,5% netral. Selain itu, dengan kita mengkonsumsi kuliner tradisional, kita dapat menumbuhkan rasa cinta tanah air, sebagian responden 45% menjawab sangat setuju terhadap pernyataan tersebut, 37,5% menjawab setuju, dan 17,5% menjawab netral.

Pemerataan promosi kuliner penting untuk keadilan sosial karena memberi kesempatan ekonomi yang setara dan mendorong pembangunan inklusif serta pelestarian tradisi kuliner. 80% dari responden menjawab sangat setuju dan setuju, 17,5% menjawab netral, serta sisanya 2,5% menjawab tidak setuju.

Generasi muda merupakan salah satu generasi yang sangat aktif dalam dunia sosial media, mereka memiliki potensi dalam mengenalkan dan melestarikan kuliner Indonesia. karena itu mereka perlu mempelajari tentang kuliner nusantara untuk berkontribusi dan berperan aktif agar resep turun-temurun tidak punah dan tetap menjadi kebanggaan nasional (Desa Batu Menyan, 2023). Karena itu generasi muda memiliki peran penting dalam melestarikan kuliner Nusantara, sebanyak 70% responden menjawab sangat setuju, 27,5% setuju, dan 2,5% menjawab netral. Kuliner indonesia merupakan warisan budaya yang harus dijaga. mempelajari cara memasak, bahan-bahan khas, serta filosofi di balik setiap hidangan berarti ikut melestarikan nilai-nilai budaya (Laysha, 2024). Maka dari itu pelestarian kuliner Nusantara perlu dilakukan di sekolah dan masyarakat, sebanyak 52,5%

menjawab sangat setuju, 32,5% diantaranya menjawab setuju, dan 15% sisanya menjawab netral.

Pelestarian kuliner daerah merupakan bagian dari menjaga identitas dan keberagaman budaya bangsa (Utami, 2019). Dengan melestarikan kuliner Nusantara dari berbagai daerah, masyarakat ikut memperkuat rasa persatuan yang mencerminkan Bhinneka Tunggal Ika. Sebanyak 60% responden menjawab sangat setuju mendukung upaya pelestarian kuliner daerah sebagai identitas nasional, diikuti 32,5% setuju dan 7,5% netral. Menurut Setiawan (2016)q, makanan tradisional di Indonesia memiliki filosofi tersendiri yang diwariskan turun temurun dari nenek moyang, karena didalamnya terdapat pedoman hidup dan sumber hidup masyarakat Indonesia, serta mengandung nilai-nilai moral yaitu adanya solidaritas, gotong royong, penghargaan terhadap keragaman, rasa saling menghormati kepada sesama manusia, alam, sang pencipta, dan sebagainya. Maka dari itu, kuliner nusantara mencerminkan nilai luhur kehidupan masyarakat Indonesia, sebanyak 45% responden menjawab sangat setuju, diikuti 45% menjawab setuju, dan 10% netral.

47,5% responden menjawab setuju untuk bertanggung jawab menjaga keberadaan kuliner nusantara, sisanya sebanyak 37% menjawab sangat setuju dan 15% diantaranya netral. Dengan menjaga keberadaan kuliner nusantara, berarti menjaga juga nilai-nilai budaya, sejarah, identitas, serta filosofi kehidupan masyarakat Indonesia. Dari 40 responden yang kami dapatkan sebanyak 47,5% menjawab setuju untuk ikut terlibat dalam kegiatan yang bertujuan melestarikan kuliner nusantara, diikuti 37,5% menjawab sangat setuju dan 15% menjawab netral.

Media sosial merupakan sarana yang sangat efektif untuk mempromosikan kuliner nusantara. Para generasi muda dapat memanfaatkan hal ini untuk melestarikan kuliner nusantara agar dapat dikenal dan dijangkau oleh seluruh masyarakat Indonesia. hal ini juga disetujui dengan para responden yang mayoritas menjawab sangat setuju 70% dan 30% setuju. Selain mempromosikan diperlukan juga pembelajaran mengenai proses pengolahan kuliner Indonesia. Oleh karena itu, diperlukan para generasi yang siap mempelajari proses pembuatan kuliner nusantara sebanyak 52,5% responden menjawab sangat setuju, diikuti 30% menjawab setuju, 15% netral, dan 2,5% tidak setuju.

Simpulan

Kuliner tradisional Indonesia bukan sekedar makanan, tetapi juga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari budaya bangsa yang memiliki nilai historis, sosial dan filosofis. Secara garis besar, generasi muda meyakini bahwa konsumsi dan pelestarian kuliner nusantara dapat menumbuhkan rasa cinta tanah air, memperkuat identitas nasional, serta mendorong persatuan di tengah keberagaman masyarakat Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa generasi muda memiliki peran strategis dalam pelestarian kuliner nusantara, terutama melalui pemanfaatan media sosial sebagai sarana promosi dan edukasi. Dukungan masyarakat terhadap pentingnya pemerataan promosi kuliner dan pembelajaran kuliner di berbagai lingkungan, mencerminkan kesadaran akan aspek keadilan sosial dan pembangunan budaya yang berkelanjutan. Pelestarian kuliner nusantara merupakan tanggung jawab bersama yang perlu didukung oleh dengan edukasi,

partisipasi masyarakat, dan peran generasi muda agar nilai-nilai budaya, persatuan, dan identitas bangsa tetap terjaga di tengah arus globalisasi.

Referensi

- Abror, K. T., Zennika, T., Putri, E. P. M., Yukuri, K. A., & Supriyono. (2025). Peran makanan tradisional dalam menguatkan identitas nasional. *Jurnal Budaya Nusantara*, 7(1). <https://doi.org/10.36456/JBN.vol7.no1.8834>
- Ambarwati, A. (2019). *Nusantara dalam Piringku: Merayakan Keberagaman Makanan Pokok*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
- Andriyanti, A. & Setiawan, B. (2024). Upaya Pelestarian dan Pengembangan Kue Tradisional Betawi. *Jurnal Pariwisata dan Perhotelan* (Vol. 2, No. 1 Tahun 2024). <https://journal.pubmedia.id/index.php/pjpp/article/view/3307/3245>
- Febyana, As-Syabita, Ramadhani, Nanda, & Supriyono. (2025). Peran Kuliner Lokal dalam Menanamkan Nilai Cinta Tanah Air Pada Generasi Muda. *Jurnal Pendidikan Tambusai* (Vol. 9, No.3 Tahun 2025). [Journal-article]
- Harsyono, Denilson, Anugrah, Nisa, Yulianasari, & Tiatri. (2024). Persepsi Mahasiswa Terhadap Penguatan Identitas Budaya dan Nilai Pancasila Melalui Kuliner Tradisional di Universitas X. *Jurnal Cendikia Ilmiah* (Vol. 4, No.1, Desember 2024). [Journal-article].
- Haryati Subadio. (2006). *Kuliner Tradisional sebagai Warisan Budaya*. Jakarta: Balai Kajian Sejarah dan Nilai Tradisional.
- Idham, Sudewi, & Nadriana. (2022). Penguatan Nilai Nilai Pancasila dan Wawasan Kebangsaan Bagi Masyarakat. *Jurnal Abdi Masyarakat Saburai*. (Vol. 3 No. 2 Tahun 2022). [Journal-article]
- Kurnia, H., Sriyogani, I. A., & Nuryati. (2021). Implementasi nilai-nilai Pancasila dalam food and beverage departemen di Restoran Hotel New Saphir Yogyakarta. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 4127–4137. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1473>
- Menik Wijayanti, C., & Wiyani, N. A. (2024). Manajemen program pengenalan makanan khas daerah sebagai media internalisasi nilai Pancasila dalam kurikulum Merdeka di TK Kelurahan Sokanegra. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 7(1). [[https://doi.org/10.25299/ge.2024.vol7\(1\).13634](https://doi.org/10.25299/ge.2024.vol7(1).13634)]
- Nabila, A. Z. R., Tyas, A. W., Canna, A. A. A., Salma, Y., & Supriyono. (2025). Kuliner Tradisional Sebagai Media Pendidikan Nilai Pancasila di Era Globalisasi. In *Jurnal Pendidikan Tambusai* (Vols. 9–9, Issue 3, pp. 37188–37191) [Journal-article].

- Pratiwi, N., & Sari, D. P. (2023). Pelestarian makanan tradisional nusantara sebagai bentuk penguatan identitas budaya. *Jurnal Saber: Jurnal Penelitian Buddhisme Kontemporer*, 2(4), 456-467. <https://doi.org/10.59841/saber.v2i4.1660>
- Pugra, I. W., & Kurniawan, I. G. W. A. (2025). The cultural significance of traditional foods in shaping Indonesian social identity: Challenges and preservation strategies. *Journal of Language, Literature, Social and Cultural Studies*, 3(1). <https://doi.org/10.58881/jllscs.v3i1.318>
- Putri, E. P. M. (2024, September). Peran Makanan Tradisional Dalam Memperkuat Identitas Nasional. *Nusantara Dan Teknologi*, 7(2024), 1. <https://doi.org/10.36456/JBN.vol7.no1.8834>
- Putri, M. F. J., Lusie, L., Mubarak, R. G., & Universitas Pamulang. (2023). Bhinneka Tunggal Ika sebagai identitas bangsa Indonesia. In *Journal of Citizenship Values* (Vols. 1–1, pp. 1–6) [Journal-article].
- Rahman, F. (2018). Kuliner sebagai identitas Keindonesiaan. *Jurnal Sejarah*, 2(1), 43–63. <https://doi.org/10.26639/js.v%vi%i.118>
- Rohmawati, Y. (2024). Historiography of Indonesian Culinary: Tracing trails and national identity through the history of food. *Jurnal Siginjai*, 4(2). <https://doi.org/10.22437/js.v4i2.37758>
- Safitri, W. D. (2024). Pengaruh peran perempuan dalam pelestarian kuliner tradisional terhadap identitas budaya. *Jurnal Modeling*. <https://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/2655>
- Sandy, M. F. (2024). Nilai nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(3), 927-930. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i3.1068>
- Setiawan, R. (2025). Memaknai kuliner tradisional di Nusantara: Sebuah tinjauan etis. *Respons: Jurnal Etika Sosial*, 21(1). <https://doi.org/10.25170/respons.v21i01.527>
- Sudrajad, S. (2023). Implementasi wawasan kebangsaan berbasis nilai-nilai kearifan lokal untuk mewujudkan pelajar Pancasila di MAN 1 Kulon Progo. *HUMANIKA*, 23(2), 217–224. <https://doi.org/10.21831/hum.v23i2.65938>
- Sugara, H., & Perdana, T. I. (2021). Nilai Moral Dan Sosial Tradisi Pamali Di Kampung Adat Kuta Sebagai Pendidikan Karakter. *Edukasi Jurnal Pendidikan*, 19(1), 1. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v19i1.2331>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta, CV. <https://digi->

lib.stekom.ac.id/assets/dokumen/ebook/feb_35efe6a47227d6031a75569c2f3f39d44fe2db43_1652079047.pdf

Taufik & Haryani. (2023). Meneguhkan Kembali Nilai-Nilai Pancasila dalam Konteks Kekinian. *Jurnal Kebangsaan RI*. (Vol. 1 No. 1 November 2023). [Journal-article]

Tirza J & Cendana. (2021). Peranan Pancasila Sebagai Pembentuk Karakter Generasi Muda Indonesia Dalam Menghadapi Arus Globalisasi. *Jurnal Pancasila dan Kewarganegaraan*. (Vol. 6 No. 2 Tahun 2021). [Journal-article]

Ummi, S. (2025). IMPLEMENTASI NILAI PANCASILA SEBAGAI LANDASAN PENGEMBANGAN KEBUTUHAN PANGAN DI INDONESIA. *JOURNAL OF SOCIAL JUSTICE AND POLICY*, 3(3), 13–17. <https://doi.org/10.56015/sjp.v3i3.78>