

**PERAYAAN HARI BESAR NASIONAL SEBAGAI SARANA MEMPERKUAT  
TOLERANSI DAN SOLIDARITAS: PERSPEKTIF LITERATUR**

**Karissa Veren<sup>1</sup>, Madeline Gaby Sie<sup>2</sup>, Aginta Aprillia<sup>3</sup>, Maryam Zahra<sup>4</sup>, Belva Afsyari<sup>5</sup>,  
Sri Tiatri<sup>6</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

e-mail: [karissa.705220336@stu.untar.ac.id](mailto:karissa.705220336@stu.untar.ac.id)

Diterima: 2/12/2025; Direvisi: 14/01/2026; Diterbitkan: 30/1/2026

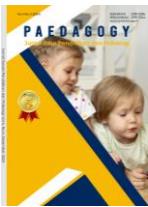
**ABSTRAK**

Indonesia merupakan negara yang kaya akan keberagaman budaya, bahasa, dan agama. Keberagaman ini dapat menjadi kekuatan maupun sumber konflik jika tidak dikelola dengan tepat. Perayaan hari besar nasional lebih dari sekadar seremonial; ia berfungsi sebagai ruang kolektif yang memfasilitasi interaksi sosial antaridentitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana perayaan hari besar nasional dapat berkontribusi dalam memperkuat toleransi dan solidaritas antarwarga di masyarakat multikultural. Sistematic literature review dilakukan terhadap artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025 yang memenuhi kriteria inklusi. Hasilnya menunjukkan bahwa partisipasi dalam perayaan hari besar nasional memperkuat ruang bersama yang meningkatkan nilai gotong royong, penghargaan terhadap perbedaan, dan kohesi sosial. Berdasarkan teori *distress intolerance*, penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam aktivitas sosial membantu mengurangi ketegangan emosional yang timbul akibat perbedaan, serta meningkatkan kapasitas individu untuk mentoleransi keberagaman. Teori ini relevan dengan konteks Indonesia, karena interaksi sosial yang tercipta dalam perayaan nasional dapat mengurangi ketegangan antar kelompok dan memperkuat toleransi terhadap perbedaan, yang esensial dalam menjaga kohesi sosial di masyarakat yang majemuk. Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur yang ada, dengan mengisi celah penelitian mengenai perayaan hari besar nasional sebagai sarana penguatan solidaritas sosial, menggunakan pendekatan systematic literature review untuk mengkaji kontribusi sosialnya di Indonesia.

**Kata Kunci:** *Toleransi; Solidaritas; Hari Besar Nasional; Keberagaman; Masyarakat.*

**ABSTRACT**

Indonesia is a country rich in cultural, linguistic, and religious diversity. This diversity can be both a strength and a source of conflict if not managed properly. National holiday celebrations go beyond mere ceremonial functions; they serve as collective spaces that facilitate social interactions across different identities. This study aims to explore how national holiday celebrations contribute to strengthening tolerance and solidarity among citizens in a multicultural society. A systematic literature review was conducted on scholarly articles published between 2020 and 2025 that met the inclusion criteria. The findings indicate that participation in national holiday celebrations fosters shared spaces that enhance the values of mutual cooperation, appreciation of differences, and social cohesion. Based on the distress intolerance theory, the study shows that active involvement in social activities helps reduce



emotional tension arising from differences and strengthens individuals' capacity to tolerate diversity. This theory is relevant to the Indonesian context, as the social interactions created in national celebrations can reduce tensions between groups and strengthen tolerance towards differences, which is essential for maintaining social cohesion in a pluralistic society. This study makes a significant contribution to the existing literature by filling a gap in research on national holiday celebrations as a means of strengthening social solidarity, using a systematic literature review approach to examine its social contributions in Indonesia.

**Keywords:** *Tolerance; Solidarity; National Holidays; Diversity; Society.*

## **PENDAHULUAN**

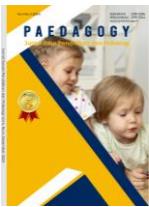
Perayaan hari besar nasional merupakan momen penting dalam kehidupan berbangsa yang dapat dimaknai lebih dari sekadar kegiatan seremonial. Dalam konteks masyarakat multikultural Indonesia, perayaan ini memiliki potensi sebagai sarana untuk memperkuat solidaritas dan toleransi antar kelompok sosial. Keragaman budaya, agama, dan etnis di Indonesia menciptakan peluang sekaligus tantangan dalam menjaga keharmonisan. Oleh karena itu, perlu pendekatan sosial yang mampu menjembatani perbedaan dan membangun interaksi positif antarwarga.

Keberagaman Indonesia, jika tidak dikelola dengan bijak, dapat menimbulkan konflik dan fragmentasi sosial. Mariyono (2020) menyatakan bahwa nilai-nilai seperti gotong royong, toleransi, dan kebersamaan menjadi ciri khas masyarakat Indonesia yang mencerminkan semangat multikultural. Namun dalam praktiknya, nilai-nilai tersebut perlu terus diperkuat melalui media sosial yang konkret dan inklusif. Salah satu bentuknya adalah melalui perayaan hari besar nasional yang melibatkan partisipasi lintas identitas secara aktif dan setara.

Solidaritas sosial merupakan elemen krusial dalam membangun integrasi sosial di tengah keragaman. Menurut Almuarif et al. (2024), solidaritas terbentuk melalui interaksi yang berlandaskan nilai bersama dan rasa saling percaya. Dalam konteks ini, perayaan hari besar nasional dapat berfungsi sebagai solusi sosial yang menciptakan ruang aman bagi pertemuan antarkelompok. Interaksi yang terjadi dalam perayaan tersebut dapat memperkuat empati, rasa memiliki, dan identitas kebangsaan bersama.

Agama memiliki peran krusial dalam membangun solidaritas sosial dengan memberikan nilai dan norma yang memperkuat kehidupan masyarakat, seperti kasih sayang, kepedulian, dan semangat gotong royong yang dapat merangkul individu dari berbagai latar belakang. Contohnya, ajaran dalam Alkitab Roma 12:18 mengajak umat untuk hidup dalam perdamaian dengan semua orang, yang tercermin dalam praktik sehari-hari seperti gotong royong membangun rumah ibadah dan membantu sesama yang membutuhkan. Solidaritas berbasis agama tidak hanya mempererat hubungan internal umat, tetapi juga meluas ke masyarakat luas melalui kegiatan sosial keagamaan, seperti bakti sosial, bantuan bagi korban bencana, dan layanan kesehatan. Fenomena ini menunjukkan bahwa aktivitas kolektif, seperti perayaan hari besar nasional, tidak hanya berfungsi sebagai seremonial, tetapi juga sebagai ruang sosial yang mendorong kebersamaan, toleransi, dan pengurangan sekat-sekat identitas, sehingga memperkuat solidaritas antarwarga dan memperkokoh kohesi bangsa (Keron & Derung, 2023).

Menurut Abdulatif dan Dewi (2021), toleransi perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, karena melalui sikap ini dapat tercipta suasana yang harmonis, damai, dan tenram. Toleransi adalah sikap atau tingkah laku batiniah maupun lahiriah yang bersedia menghormati



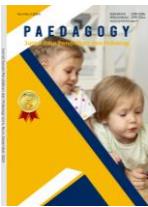
dan membiarkan pemeluk agama lain menjalankan keyakinannya, selama tidak melanggar sensitivitas agama lain atau norma yang berlaku (Muda & Tohar, 2020). Toleransi sendiri merupakan hasil dari eratnya interaksi sosial dalam masyarakat. Dalam kehidupan beragama, manusia tidak bisa menghindari pergaulan, baik dengan kelompoknya sendiri maupun dengan kelompok lain yang berbeda keyakinan. Oleh karena itu, masyarakat Indonesia sepatutnya menumbuhkan kedamaian dan ketentraman melalui sikap saling menghargai dalam bingkai toleransi, sehingga kestabilan sosial terjaga dan gesekan ideologis antar umat beragama dapat dihindari (Abror, 2020). Namun, toleransi saja tidak cukup, perlu ditopang oleh solidaritas sosial yang memperkuat ikatan antar individu dan kelompok. Solidaritas menjadi dasar moral yang menumbuhkan rasa kebersamaan, gotong royong, serta kepedulian sosial yang mampu menjaga kohesi masyarakat multikultural (Keron & Derung, 2023).

Beberapa studi terdahulu telah menyoroti perayaan hari besar keagamaan di Indonesia memainkan peran penting dalam menumbuhkan nilai-nilai toleransi, solidaritas, dan nasionalisme di tengah masyarakat majemuk. Studi Sohilait et al. (2025) menunjukkan bahwa dalam komunitas, seperti di Desa Nania, Ambon, pemuda lintas agama berkolaborasi memainkan rebana dan terompet untuk menyambut Natal dan Idul Fitri, menunjukkan praktik moderasi beragama yang tumbuh secara organik. Studi Shabrina dan Al Atok (2024) di Desa Pancasila Balun, Lamongan memperlihatkan pemuda Kristen dan Hindu membantu menjaga keamanan saat Idul Fitri. Sebaliknya, pemuda Muslim dan Kristen berpartisipasi dalam pawai Ogoh-ogoh umat Hindu sebelum Nyepi, menunjukkan toleransi yang nyata. Studi oleh Fatia et al. (2020) menyatakan perayaan Maulid Nabi di Aceh menjadi momen berbagi makanan dan bantuan kepada fakir miskin serta mempererat solidaritas antar warga.

Namun, di tengah berbagai upaya membangun toleransi dan solidaritas, tantangan baru muncul dalam konteks masyarakat digital. Perkembangan media sosial tidak hanya membuka ruang interaksi lintas budaya dan agama, tetapi juga menghadirkan risiko maraknya konten intoleran yang dapat merusak kepercayaan sosial (Keron & Derung, 2023). Konten semacam ini sering kali memperkuat polarisasi identitas dan melemahkan modal sosial yang menjadi penopang harmoni masyarakat multikultural. Meski demikian, media sosial juga memiliki potensi positif sebagai sarana penyebaran narasi inklusif dan nilai keberagamaan yang toleran, selama dimanfaatkan secara bijak (Supriatna et al., 2025). Tantangan utama saat ini bukan hanya bagaimana menanamkan nilai toleransi di ruang fisik, tetapi juga bagaimana mengelola ruang digital agar tetap kondusif bagi terbentuknya solidaritas dan kebersamaan.

Sayangnya, sebagian besar studi yang ada masih bersifat deskriptif dan terbatas pada konteks lokal tertentu. Belum banyak penelitian yang mengkaji secara sistematis bagaimana perayaan hari besar nasional berkontribusi terhadap penguatan solidaritas dan toleransi dalam skala nasional. Kesenjangan ini penting untuk diisi melalui pendekatan yang menyeluruh dan berbasis bukti. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan metode systematic literature review untuk menelaah secara komprehensif kontribusi perayaan hari besar nasional terhadap pembangunan kohesi sosial di Indonesia.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perayaan hari besar tidak hanya berfungsi sebagai simbol peringatan, tetapi juga sebagai instrumen sosial yang efektif dalam menguatkan nilai-nilai toleransi, solidaritas, dan identitas kebangsaan. Namun demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian. Hingga saat ini, belum terdapat studi yang mengkaji seluruh



perayaan hari besar nasional menggunakan metode *systematic review*. Banyak studi bersifat lokal/kasus tunggal, sehingga generalisasi nasional bersifat kurang kuat. Temuan penelitian diharapkan tidak hanya menambah literatur akademik, tetapi juga memberikan rekomendasi kebijakan dan strategi implementatif bagi pemerintah, lembaga pendidikan, dan komunitas masyarakat dalam mengelola perayaan hari besar nasional agar lebih berdampak pada penguatan toleransi dan solidaritas bangsa.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keanekaragaman budaya dan agama di Indonesia yang tercermin dalam berbagai bentuk perayaan hari besar nasional, seperti pada konteks masyarakat multikultural, penting untuk memahami bagaimana kegiatan perayaan tersebut tidak hanya menjadi ajang seremonial, tetapi sarana memperkuat nilai-nilai toleransi dan solidaritas sosial. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji bagaimana bentuk-bentuk perayaan hari besar nasional di Indonesia dapat berkontribusi terhadap penguatan toleransi dan solidaritas sosial di tengah keberagaman masyarakat.

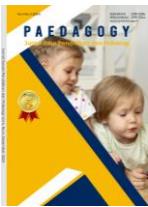
## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* untuk mengidentifikasi dan menyintesis temuan dari berbagai studi yang membahas hubungan antara perayaan hari besar nasional, toleransi, dan solidaritas sosial dalam masyarakat multikultural. Pendekatan ini dipilih karena memberikan kerangka komprehensif untuk memahami fenomena secara menyeluruh berdasarkan bukti-bukti yang sudah tersedia. Pertanyaan penelitian utama dalam studi ini adalah: “Bagaimana perayaan hari besar nasional berkontribusi dalam memperkuat toleransi dan solidaritas sosial di Indonesia?”. Dengan menggunakan metode ini, penelitian bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai peran perayaan hari besar nasional dalam meningkatkan kohesi sosial di Indonesia yang memiliki keberagaman budaya, agama, dan etnis.

Proses penelusuran literatur dilakukan melalui database akademik seperti Google Scholar, Scopus, SINTA, dan Garuda. Kata kunci yang digunakan meliputi: “perayaan hari besar nasional”, “toleransi”, “solidaritas sosial”, “kohesi sosial”, “multikultural”, “Indonesia”, serta padanannya dalam bahasa Inggris. Untuk menjaga relevansi konteks, literatur dibatasi pada publikasi yang terbit dalam rentang waktu tahun 2020 hingga 2025 (Brignardello-Petersen et al., 2025). Selain itu, digunakan kombinasi Boolean operator (AND, OR) untuk menyaring artikel yang paling sesuai dengan fokus kajian.

Kriteria inklusi dalam studi ini adalah: (1) artikel yang membahas perayaan hari besar nasional atau aktivitas budaya kolektif yang relevan dengan toleransi dan solidaritas; (2) diterbitkan dalam jurnal ilmiah yang terakreditasi; (3) tersedia dalam teks lengkap; dan (4) menggunakan pendekatan kualitatif, kuantitatif, atau campuran. Artikel dengan cakupan terlalu umum, tidak relevan, atau tidak menyebutkan konteks Indonesia secara eksplisit dikeluarkan dari analisis. Dari hasil penelusuran awal sebanyak 73 artikel, sebanyak 22 artikel memenuhi semua kriteria dan dianalisis lebih lanjut. Proses seleksi disajikan secara sistematis melalui diagram PRISMA untuk meningkatkan transparansi dan replikabilitas.

Artikel yang terpilih kemudian dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan temuan utama yang berhubungan dengan kontribusi perayaan hari besar terhadap penguatan toleransi dan solidaritas. Informasi penting yang diekstraksi meliputi: tujuan penelitian, metode, lokasi atau konteks sosial, bentuk perayaan, dan kesimpulan utama. Proses ini dilakukan



melalui teknik *coding* terbuka dan penyusunan matriks tematik yang memungkinkan peneliti mengklasifikasi dan menyusun sintesis dari berbagai temuan.

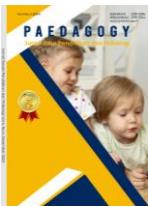
Meskipun metode *systematic review* memberikan gambaran komprehensif tentang topik ini, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Penelitian ini hanya mencakup artikel yang diterbitkan dalam jurnal peer-reviewed, sehingga studi non-peer-reviewed, seperti laporan penelitian atau artikel dari sumber yang tidak terverifikasi, tidak dimasukkan dalam analisis. Selain itu, potensi adanya bias publikasi, di mana studi yang melaporkan hasil positif atau signifikan lebih cenderung dipublikasikan, dapat memengaruhi kesimpulan yang dihasilkan. Penelitian ini juga membatasi kajian pada artikel yang diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir (2020-2025), yang bisa mengabaikan temuan dari studi yang lebih lama atau konteks yang lebih luas. Hasil dari review ini disajikan secara naratif dengan mengaitkan antara teori *distress intolerance* dan praktik sosial yang ditemukan dalam artikel yang direview, diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis yang signifikan bagi pengembangan kebijakan sosial yang inklusif di Indonesia (Shaheen et al., 2023).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari 22 artikel yang dikaji, ditemukan bahwa perayaan hari besar nasional di Indonesia memainkan peran signifikan dalam memperkuat interaksi sosial lintas identitas, menanamkan nilai solidaritas, serta mengurangi ketegangan akibat perbedaan. Tiga tema utama muncul dari hasil analisis tematik, yaitu: (1) partisipasi kolektif dalam perayaan memperkuat kohesi sosial; (2) perayaan sebagai sarana pendidikan nilai multikultural; dan (3) dukungan komunitas lokal sebagai penguat ketahanan sosial. Tabel 1 menyajikan rangkuman temuan utama dari studi-studi tersebut sebagai dasar untuk pembahasan lebih lanjut mengenai keterkaitan antara teori dan praktik toleransi di masyarakat.

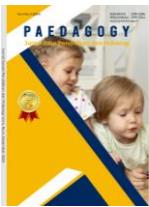
**Tabel 1. Analisa Jurnal dan Artikel**

<b>Judul</b>	<b>Penulis</b>	<b>Metode</b>	<b>Temuan</b>
Nilai Nasionalisme dalam Peringatan Perayaan Hari Besar Keagamaan secara Bersama pada Warga Desa Sampetan Boyolali untuk Menumbuhkan SADDHA	Mariyono (2020)	Kualitatif	Warga Desa Sampetan mengakui keberagaman agama, suku, adat, dan kebiasaan, dan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka dapat berinteraksi dan bekerja sama tanpa masalah, dengan toleransi tinggi yang terbukti dari partisipasi lintas agama dalam perayaan keagamaan.
Toleransi antar Agama dalam Perspektif Civil Sphere: Membangun Keberagaman Harmoni di Kota Kupang	Saudale et al. (2025)	Kualitatif dengan fokus pada fenomenologi	Kegiatan praktik toleransi antar agama di Kota Kupang dilakukan melalui dialog antar agama, keterlibatan komunitas dalam perayaan keagamaan, dan tindakan simbolik yang mencerminkan solidaritas sosial.



Integration of Multicultural Values Through Religious Holidays and Cultural Activities in Ngabang Elementary Schools	Sulistyowati dan Amin (2025)	Kualitatif dan observasi	Sekolah Dasar (SD) di Ngabang dengan latar belakang budaya, agama, dan etnis yang beragam, berhasil mengimplementasikan pendidikan multikultural secara menyeluruh melalui kegiatan budaya dan perayaan hari raya keagamaan. Sikap siswa terhadap keberagaman menjadi positif.
Pendidikan Toleransi Terhadap Remaja Muslim dan Kristen di Salatiga	Faidi (2020)	Kualitatif naturalistik dan deskriptif analitis	Desa Pengilon di Kota Salatiga memiliki tradisi unik dalam menanamkan nilai-nilai toleransi melalui kegiatan keagamaan bersama, yakni perayaan Halal Bihalal dan Natal bersama.
Toleransi beragama di Desa Simpang Dolok Kecamatan Datuk Lima Puluh Kabupaten Batu Bara.	umat Siregar et al. (2024)	Participatory Action Research (PAR)	Masyarakat Desa Simpang Dolok memiliki tingkat toleransi antar umat beragama yang sangat tinggi. Pemerintah desa berperan aktif dalam memfasilitasi kegiatan yang mempererat hubungan antarwarga, seperti gotong royong, perayaan hari besar nasional, dan kegiatan budaya desa. Selain itu, tokoh agama dan tokoh masyarakat menjadi figur penting dalam menjaga keharmonisan dan menjadi panutan dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya hidup rukun dan saling menghormati.

Pada Tabel 1 disajikan rangkuman temuan utama dari lima studi yang mewakili keseluruhan literatur yang dianalisis. Studi Mariyono (2020) menunjukkan bahwa warga Desa Sampetan aktif berpartisipasi dalam perayaan keagamaan lintas iman yang memperkuat nasionalisme. Saudale et al. (2025) menemukan bahwa di Kota Kupang, simbol-simbol publik dan keterlibatan komunitas dalam kegiatan lintas agama berperan penting dalam membangun solidaritas sosial. Di sekolah dasar Ngabang, Sulistyowati dan Amin (2025) mendapati bahwa perayaan budaya yang diintegrasikan ke dalam kurikulum berhasil menanamkan nilai inklusi pada siswa. Sementara itu, Faidi (2020) dan Siregar et al. (2024) mencatat peran tokoh agama dan pemerintah desa dalam menciptakan lingkungan harmonis melalui perayaan bersama.

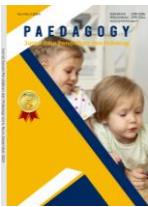


## Pembahasan

Penelitian Veilleux dan Skinner (2019) tentang *distress intolerance* memberikan perspektif yang mendalam tentang kemampuan individu dalam mentolerir dan bertahan terhadap kondisi emosi negatif, ketidaknyamanan fisik, dan stimulus aversif. Teori ini mendefinisikan *distress intolerance* sebagai kesulitan individu dalam menahan keadaan fisik atau emosional yang mengganggu, yang merupakan faktor risiko trans diagnostik dalam berbagai kondisi psikologis. Temuan penting dari studi mereka menunjukkan bahwa *distress intolerance* bersifat dinamis dan kontekstual, dimana *Momentary Distress Intolerance* (MDI) berubah seiring waktu berdasarkan situasi dan kondisi afektif saat itu. Penelitian ini menemukan bahwa MDI meningkat bersamaan dengan efek negatif dan menurun ketika efek positif tinggi, menunjukkan bahwa persepsi individu tentang kemampuan mereka mengelola *distress* berfluktuasi tergantung pada konteks emosional dan situasional. Dengan kerangka teoritis ini, hasil penelitian tentang toleransi sosial dan keagamaan dapat dipahami sebagai manifestasi dari kemampuan masyarakat dalam mentolerir *distress* yang muncul dari perbedaan sosial, budaya, dan agama.

Studi Mariyono (2020) tentang nilai nasionalisme dalam peringatan perayaan hari besar keagamaan di Desa Sampetan Boyolali menunjukkan kaitan yang jelas dengan teori *distress intolerance*. Warga Desa Sampetan yang mampu berpartisipasi dalam perayaan lintas agama dengan toleransi tinggi menunjukkan kemampuan mentolerir ketidaknyamanan emosional yang mungkin muncul dari perbedaan ritual keagamaan. Dalam kerangka teori Veilleux dan Skinner (2019), fenomena ini dapat dijelaskan melalui aspek kontekstual MDI, dimana masyarakat mengembangkan kemampuan untuk mengelola *distress* dalam konteks sosial multikultural. Partisipasi berulang dalam kegiatan keagamaan bersama menciptakan konteks efektif yang positif, yang menurut penelitian Veilleux dan Skinner (2019), dapat menurunkan MDI dan meningkatkan kemampuan toleransi. Kebersamaan dalam perayaan keagamaan tidak hanya memupuk nilai nasionalisme, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme untuk meningkatkan afek positif dalam masyarakat, yang pada gilirannya mengurangi persepsi bahwa perbedaan adalah sesuatu yang sulit untuk ditolerir. Proses habituasi melalui interaksi berulang ini sejalan dengan temuan Veilleux dan Skinner (2019) bahwa *distress intolerance* dapat bervariasi berdasarkan pengalaman dan konteks, sehingga paparan positif yang konsisten terhadap keberagaman dapat meningkatkan toleransi sosial.

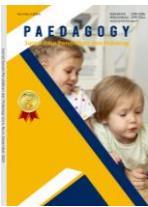
Studi Saudale et al. (2025) mengenai toleransi antar agama dalam perspektif *civil sphere* di Kota Kupang dan penelitian Sulistyowati & Amin (2025) tentang integrasi nilai multikultural dapat dijelaskan melalui konsep dinamis dan kontekstual dari *distress intolerance* yang dikemukakan Veilleux dan Skinner (2019). Pencapaian Kota Kupang sebagai kota toleran melalui dialog antar agama dan keterlibatan komunitas menunjukkan penerapan prinsip bahwa MDI dapat dikelola melalui modifikasi konteks sosial dan emosional. Veilleux dan Skinner (2019) menemukan bahwa MDI meningkat pada konteks yang melibatkan ancaman atau ketidakpastian, dan menurun ketika individu merasa memiliki kontrol dan dukungan sosial. Dialog terbuka dan keterlibatan komunitas di Kota Kupang menciptakan konteks yang mengurangi *uncertainty* dan *threat perception*, sehingga menurunkan MDI masyarakat terhadap perbedaan agama.



Sementara itu, temuan Sulistyowati dan Amin (2025) bahwa siswa SD Ngabang menunjukkan sikap positif terhadap keberagaman dan tidak memilih teman berdasarkan latar belakang agama atau etnis mencerminkan pembentukan kemampuan toleransi *distress* sejak dini yang didukung oleh pengalaman langsung positif. Sesuai dengan teori Veilleux dan Skinner (2019), paparan berulang terhadap situasi multikultural dalam konteks yang positif dapat membentuk persepsi bahwa keberagaman adalah sesuatu yang dapat dikelola, bukan sesuatu yang harus dihindari karena menimbulkan *distress*. Kedua studi ini menunjukkan bahwa intervensi yang fokus pada penciptaan konteks positif dan pengalaman langsung yang konstruktif dengan keberagaman dapat meningkatkan kemampuan individu dan masyarakat dalam mentolerir *distress* yang mungkin muncul dari perbedaan sosial dan keagamaan, sejalan dengan temuan Veilleux dan Skinner (2019) bahwa *distress intolerance* bukanlah *trait* yang stabil tetapi dapat berubah tergantung pada konteks dan pengalaman.

Penelitian Faidi (2020) mengenai hubungan positif di Desa Pengilon, Kota Salatiga, yang memiliki tradisi unik menanamkan nilai toleransi melalui kegiatan keagamaan lintas iman, seperti Halal Bihalal dan Natal bersama. Kegiatan ini tidak sekedar ritual keagamaan namun menjadi sarana pendidikan toleransi serta empati bagi masyarakat setempat melalui pelibatan lintas agama dalam kepanitiaan, penyiapan konsumsi, dan pelaksanaan acara. Misalnya, remaja beragama Muslim membantu mempersiapkan hari raya Natal dan remaja beragama Kristen turut aktif pada kegiatan Halal Bihalal. Proses kerja sama ini mengajarkan nilai solidaritas dan saling menghargai, dengan penggunaan istilah “bersama” pada kegiatan meneguhkan makna kebersamaan lintas iman, didukung oleh peran keluarga dan tokoh masyarakat sebagai contoh nyata dalam kehidupan sosial tradisi. Hal ini sejalan dengan teori Veilleux dan Skinner (2019) yang menekankan bahwa *distress intolerance* adalah kesulitan individu dalam menahan kondisi emosional atau fisik yang menimbulkan ketidaknyamanan, kemampuannya sangat dinamis, dan dipengaruhi oleh dukungan sosial serta konteks situasional. Dengan adanya tradisi lintas agama dan praktik sosial inklusif di Desa Pengilon, masyarakat terutama generasi muda mendapat pendidikan nyata untuk menghadapi dan mentolerir *distress* akibat perbedaan, sehingga semakin memperkuat kapasitas resiliensi sosial dan menciptakan masyarakat toleran sesuai dengan landasan teori tersebut.

Penelitian Siregar et al. (2024) menunjukkan bahwa masyarakat Desa Simpang Dolok memiliki toleransi antarumat beragama yang tinggi, tercermin dari sikap saling menghargai, bekerja sama dalam kegiatan sosial, serta partisipasi dalam acara lintas agama, dengan dukungan aktif pemerintah desa dan tokoh masyarakat. Temuan ini dapat dipahami melalui konsep *distress intolerance* yang bersifat dinamis dan kontekstual, sebagaimana dijelaskan dalam teori Veilleux dan Skinner (2019), di mana MDI akan berubah seiring waktu sesuai situasi dan kondisi afektif. Studi mereka menemukan bahwa MDI akan meningkat saat masyarakat menghadapi efek-efek negatif yang berpotensi menimbulkan konflik, namun menurun ketika efek positif, dukungan sosial, dan suasana emosional kondusif tercipta di masyarakat. Dengan demikian, harmoni sosial serta kolaborasi aktif berbagai pihak di Desa Simpang Dolok menjadi faktor penentu turunnya tingkat *distress intolerance* dan memperkuat kapasitas warga dalam mentolerir distress yang muncul akibat perbedaan sosial, budaya, maupun agama, yang pada akhirnya mewujudkan kehidupan masyarakat yang damai dan rukun sesuai kerangka teori *distress intolerance*.



Penelitian Veilleux dan Skinner (2019) tentang *distress intolerance* memberikan kerangka dinamis dan kontekstual dalam memahami bagaimana individu dan masyarakat mentolerir distress yang muncul dari kondisi emosi negatif dan ketidaknyamanan, dengan konsep MDI yang berubah sesuai konteks dan afeksi emosional. Fenomena toleransi sosial dan keagamaan dari berbagai studi lapangan menunjukkan kesesuaian dengan teori ini, seperti partisipasi warga Desa Sampetan dalam perayaan lintas agama yang menurunkan MDI melalui pengalaman kebersamaan dan efek positif, serta integrasi nilai toleransi dalam pendidikan dan media yang membentuk persepsi anak bahwa keberagaman dapat dikelola secara positif. Kegiatan keagamaan kolektif juga berperan sebagai strategi regulasi emosi yang adaptif mengurangi *distress* dan memperkuat kohesi sosial, sementara kota toleran dan pendidikan multikultural menciptakan konteks sosial supportif yang menurunkan MDI dan mendorong dialog antar kelompok. Keseluruhan temuan ini menegaskan bahwa *distress intolerance* bukan sifat tetap, melainkan kemampuan yang dapat dimodulasi oleh konteks sosial, afeksi, dan dukungan lingkungan, sehingga intervensi yang menciptakan pengalaman positif dan meningkatkan *self-efficacy* individu dalam mengelola *distress* sangat penting untuk membangun kapasitas toleransi sosial yang berkelanjutan dalam masyarakat yang harmonis dan inklusif.

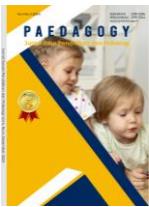
## **KESIMPULAN**

Perayaan hari besar nasional di Indonesia memiliki peran strategis dalam memperkuat toleransi dan solidaritas sosial di tengah keberagaman budaya, agama, dan etnis. Berdasarkan hasil telaah literatur, partisipasi aktif dalam perayaan kolektif terbukti mampu menciptakan ruang interaksi sosial yang memperkuat empati, penghargaan terhadap perbedaan, dan semangat gotong royong. Kegiatan ini berfungsi sebagai mekanisme yang mengurangi ketegangan emosional, menghubungkan individu dari berbagai latar belakang, serta meningkatkan kapasitas masyarakat untuk mentoleransi keberagaman. Melalui teori *distress intolerance*, penelitian ini menunjukkan bahwa perayaan hari besar nasional dapat mengurangi ketegangan emosional yang muncul akibat perbedaan sosial dan budaya, serta meningkatkan kemampuan individu untuk mengelola perbedaan tersebut.

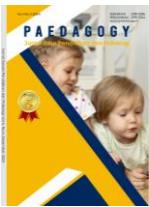
Namun, meskipun perayaan hari besar nasional memiliki potensi besar dalam membangun kohesi sosial, tantangan baru muncul dalam konteks digital dan masyarakat yang semakin terpolarisasi. Media sosial, meskipun membuka ruang untuk interaksi lintas budaya dan agama, juga dapat menjadi tempat penyebaran konten intoleran yang dapat merusak kepercayaan sosial. Oleh karena itu, diperlukan upaya lebih lanjut untuk memastikan bahwa perayaan hari besar nasional tidak hanya tetap relevan dalam konteks fisik tetapi juga dapat dikelola dengan baik dalam ruang digital untuk mendorong solidaritas dan toleransi. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya kebijakan yang mendukung praktik inklusif dan kolaboratif dalam merayakan perbedaan, serta mendorong penguatan nilai-nilai sosial yang menyatu.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdulatif, S., & Dewi, D. A. (2021). Peranan pendidikan kewarganegaraan dalam membina sikap toleransi antar siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 103-109. <https://doi.org/10.55215/jppguseda.v4i2.3610>



- Abror, M. (2020). Moderasi beragama dalam bingkai toleransi. *RUSYDIAH: Jurnal Pemikiran Islam*, 1(2), 137-148. <https://doi.org/10.35961/rsd.v1i2.174>
- Almuarif, A., Hanani, S., Devi, I., & Syafitri, A. (2023). Solidaritas dan integrasi sosial dalam konteks manajemen pendidikan: Analisis berdasarkan teori Émile Durkheim. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 2(4), 295-306. <https://jurnal.uns.ac.id/habitus/article/view/80139/45763>
- Brignardello-Petersen, R., Santesso, N., & Guyatt, G. H. (2025). Systematic reviews of the literature: An introduction to current methods. *American Journal of Epidemiology*, 194(2), 536-542. <https://academic.oup.com/aje/article-abstract/194/2/536/7717511>
- Faidi, A. (2020). Pendidikan toleransi terhadap remaja Muslim dan Kristen di Salatiga: Studi terhadap perayaan halal bihalal dan natal bersama di Desa Pengilon Mangunsari Sidomukti Kota Salatiga. *Intiqad Jurnal Agama dan Pendidikan Islam*, 12(2), 134-150. <https://doi.org/10.30596/intiqad.v12i2.5089>
- Fatia, D. (2021). Tradisi Maulid: Perkuat solidaritas masyarakat Aceh. *Sosioglobal: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Sosiologi*, 5(1), 61-72. <https://doi.org/10.24198/jsg.v5i1.27096>
- Keron, H., & Derung, T. N. (2024). Peran agama membentuk sikap solidaritas sosial di masyarakat. *Intheos: Jurnal Teologi dan Pendidikan*, 4(12). <https://doi.org/10.56393/intheos.v4i12.2553>
- Mariyono, A. (2020). Nilai nasionalisme dalam peringatan perayaan hari besar keagamaan secara bersama pada warga Desa Sampetan Boyolali untuk menumbuhkan SADDHA. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 6(2), 78-89. <https://doi.org/10.53565/pssa.v6i2.231>
- Muda, K., & Mohd Tohar, S. N. A. (2020). Definisi, konsep dan teori toleransi beragama: Definition, concept and theory of religious tolerance. *Sains Insani*, 5(1), 194–199. <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.vol5no1.179>
- Saudale, J., Lattu, I. Y., & Ludji, I. (2025). Toleransi antaragama dalam perspektif civil sphere: Membangun keberagaman harmonis di Kota Kupang. *Maharsi: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Sosiologi*, 7(1), 81-92. <https://doi.org/10.33503/maharsi.v7i1.1587>
- Shabrina, L., & Al Atok, R. (2024). Toleransi beragama antara umat Islam, Kristen, dan Hindu di Desa Pancasila Balun Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. *OASE: Multidisciplinary and Interdisciplinary Journal*, 1(1), 32-43. <https://www.journal.oaseinstitute.org/index.php/OASE/article/view/10>
- Shaheen, N., Shaheen, A., Ramadan, A., Hefnawy, M. T., Ramadan, A., Ibrahim, I. A., ... & Flouty, O. (2023). Appraising systematic reviews: A comprehensive guide to ensuring validity and reliability. *Frontiers in research metrics and analytics*, 8, 1268045. <https://www.frontiersin.org/journals/research-metrics-and-analytics/articles/10.3389/frma.2023.1268045/full>
- Siregar, A. A., Salsabila, A., Roaina, L., Lubis, R. N., & Yasmin, N. (2024). Toleransi umat beragama di Desa Simpang Dolok Kecamatan Datuk Lima Puluh Kabupaten Batu Bara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 6024-6032. <https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/4282/3023/34727>



Sulistiyowati, D., & Amin, F. (2025). Integration Of multicultural values through religious holidays and cultural activities in Ngabang elementry schools. *IJJGIE (International Journal of Graduate of Islamic Education)*, 6(2), 438-452. <https://doi.org/10.37567/ijgie.v6i2.4020>

Supriatna, H., Kuswana, D., & Saprudin, A. (2025). Promoting inclusive Islam: The role of social media in fostering religious tolerance in the digital era. *Jurnal Sosiologi Agama Indonesia (JSAI)*, 6(1), 1-15. <https://doi.org/10.22373/jsai.v6i1.5754>

Sohilait, T. D., Matital, N., Rumahuru, Y. Z., & Sopakua, S. (2025). Strategi membangun moderasi beragama, salam-sarane di Desa Nania melalui hari besar keagamaan (Kecamatan Baguala-Kota Ambon). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(5), 306-314. <http://www.jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/12394>

Veilleux, J. C., & Skinner, K. D. (2019). Differences in distress intolerance among daily and intermittent smokers. *Nicotine and Tobacco Research*, 22(10), 1867-1874. <https://doi.org/10.1093/ntr/ntz237>