

Pengaruh Lingkungan Non-Muslim pada Kesehatan Mental Pedagang Muslim di Yala-Thailand

Intan Putriantari¹, Ratna Wulandari², Ana Fitriani³ Alamsyah⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

Korespondensi: intanputriantari@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat artikel:

Diterima Maret 02th, 2026

Direvisi Maret 03th, 2026

Diterima Maret 05th, 2026

Kata kunci:

Kesehatan mental, lingkungan non-muslim, pedagang muslim, Yala-Thailand, ketahanan sosial

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi pengaruh lingkungan non-Muslim terhadap kesehatan mental pedagang Muslim di Yala, Thailand. Dalam konteks sosial yang mayoritas non-Muslim, pedagang Muslim sering menghadapi stigma dan diskriminasi, yang berdampak negatif pada kesehatan mental mereka, termasuk perasaan cemas, depresi, dan penurunan harga diri. Meskipun terdapat tantangan yang signifikan, pedagang Muslim menunjukkan ketahanan dengan mengembangkan mekanisme adaptasi, seperti membangun jaringan sosial, mengandalkan praktik spiritual, dan mengikuti pelatihan keterampilan. Selain itu, kondisi kesehatan lingkungan dan ekonomi turut mempengaruhi kesejahteraan mental mereka. Temuan penelitian ini menekankan perlunya program bimbingan dan konseling yang sensitif terhadap konteks budaya, serta peningkatan kesadaran masyarakat mengenai isu kesehatan mental. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan penting untuk merumuskan kebijakan yang mendukung kesehatan mental komunitas pedagang Muslim di Yala. Dengan demikian, penelitian memberikan wawasan penting untuk merumuskan kebijakan yang mendukung kesehatan mental komunitas pedagang muslim di yala, serta mendorong dialog interkomunitas yang konstruktif untuk meningkatkan saling pengertian dan toleransi.



© 2025 Para Penulis. Diterbitkan oleh Riset Anak Bangsa. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam kesejahteraan manusia secara menyeluruh. Dalam kajian psikologi dan ilmu sosial, kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan kondisi emosional individu, tetapi juga mencakup kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial, menghadapi tekanan hidup, serta menjalankan fungsi sosial secara optimal. Permasalahan kesehatan mental dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, mulai dari produktivitas kerja hingga kualitas hubungan sosial dalam masyarakat. Oleh karena itu, pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental menjadi hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan individu dan komunitas (Harahap et al., 2024).

Masyarakat modern yang semakin kompleks, kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik faktor individu maupun lingkungan sosial. Lingkungan sosial tempat seseorang hidup dan bekerja dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologisnya. Hubungan sosial, norma budaya, serta dinamika interaksi antar kelompok dalam masyarakat dapat menjadi sumber dukungan psikologis maupun sumber tekanan yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental seseorang. Oleh karena itu, kajian mengenai kesehatan mental tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial dan budaya yang melatarbelakanginya (Harahap et al., 2024).

Kondisi ini juga dapat ditemukan pada komunitas Muslim yang tinggal di wilayah dengan mayoritas penduduk non-Muslim. Interaksi sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam aktivitas ekonomi, dapat menciptakan dinamika yang memengaruhi kesejahteraan mental individu. Bagi pedagang Muslim, lingkungan sosial yang berbeda secara agama dapat menjadi tantangan tersendiri, terutama dalam hal penerimaan sosial, praktik keagamaan, serta interaksi ekonomi dengan masyarakat sekitar. Situasi tersebut dapat memengaruhi cara individu merasakan kenyamanan psikologis dalam menjalankan aktivitas ekonomi mereka.

Yala, Thailand, merupakan salah satu wilayah yang memiliki komunitas Muslim yang cukup signifikan di tengah lingkungan sosial yang beragam secara agama dan budaya. Dalam kehidupan ekonomi lokal, banyak masyarakat Muslim yang berprofesi sebagai pedagang dan berinteraksi secara

langsung dengan berbagai kelompok masyarakat. Kondisi lingkungan sosial yang heterogen tersebut berpotensi memengaruhi pengalaman psikologis para pedagang Muslim, baik dalam bentuk tekanan sosial, tantangan adaptasi, maupun peluang untuk membangun hubungan sosial yang lebih inklusif.

Selain faktor sosial dan budaya, kondisi lingkungan tempat tinggal dan tempat bekerja juga memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental individu. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas lingkungan sosial dan fisik, termasuk kondisi tempat tinggal, keamanan lingkungan, serta hubungan antar masyarakat, dapat berkontribusi terhadap stabilitas emosional dan kesejahteraan mental seseorang. Lingkungan yang kurang kondusif dapat meningkatkan risiko stres psikologis, sedangkan lingkungan yang mendukung dapat menjadi sumber perlindungan bagi kesehatan mental individu (Smith, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh lingkungan non-Muslim terhadap kesehatan mental pedagang Muslim di Yala, Thailand. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini berupaya menggali pengalaman, tantangan, serta strategi adaptasi yang dilakukan oleh para pedagang Muslim dalam menjaga kesejahteraan mental mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program bimbingan dan konseling yang lebih sensitif terhadap konteks budaya, serta menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan kebijakan yang lebih inklusif bagi komunitas Muslim yang hidup di lingkungan masyarakat yang beragam (Sukei et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman, persepsi, dan dinamika sosial yang dialami oleh pedagang Muslim yang hidup di lingkungan mayoritas non-Muslim. Dalam penelitian kualitatif, data yang dihasilkan bersifat deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari informan serta perilaku yang dapat diamati secara langsung di lapangan. Pendekatan ini menekankan pada pemahaman proses sosial secara alami (natural setting), sehingga peneliti dapat menangkap makna yang terkandung dalam pengalaman subjek penelitian. Analisis data dalam penelitian kualitatif umumnya dilakukan secara induktif dengan menekankan interpretasi terhadap makna yang muncul dari data yang diperoleh di lapangan (Moleong, 2006; Hardani, 2021).

Penelitian ini melibatkan dua responden yang merupakan pedagang Muslim di Yala, Thailand, dengan karakteristik salah satu responden berusia 46 tahun, berjenis kelamin laki-laki, dan menjalankan usaha kecil di sekitar lingkungan sekolah selama kurang lebih dua tahun. Pemilihan responden dilakukan secara purposive sampling untuk memastikan bahwa informan yang dipilih memiliki pengalaman langsung terkait dinamika sosial yang diteliti. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview), observasi partisipatif terhadap aktivitas sehari-hari pedagang, serta dokumentasi yang relevan dengan kondisi sosial dan ekonomi mereka. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis induktif dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari hasil wawancara dan observasi. Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai metode pengumpulan data sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengalaman pedagang Muslim yang hidup di lingkungan mayoritas non-Muslim (Amran & Rais, 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pedagang Makanan sebagai Pelaku Usaha Muslim

Pedagang makanan merupakan pelaku usaha yang bergerak dalam bidang kuliner dengan melakukan aktivitas produksi dan penjualan makanan atau minuman kepada konsumen. Jenis usaha ini sangat beragam, mulai dari pedagang makanan rumahan, pedagang kaki lima, penjual camilan, kantin, restoran, hingga usaha kuliner modern seperti kafe dan food truck. Dalam praktiknya, pedagang makanan dapat menyediakan layanan makan di tempat (dine in), layanan dibawa pulang (take away), maupun layanan pengantaran makanan (delivery). Kegiatan ekonomi ini menjadi salah satu sektor penting dalam menopang kehidupan masyarakat, khususnya bagi usaha kecil dan menengah.

Regulasi di Indonesia, usaha rumah makan diatur dalam Peraturan Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Nomor 12 Tahun 2014 tentang Standar Usaha Rumah Makan, yang menjelaskan bahwa usaha rumah makan merupakan usaha penyediaan makanan dan minuman yang disertai dengan

perlengkapan penyajian untuk memperoleh keuntungan pada suatu lokasi yang tetap. Peraturan tersebut juga mengatur standar usaha yang meliputi aspek produk, pelayanan, serta pengelolaan usaha (Ayu, Lestary, & Iqbal, 2023). Dalam konteks pedagang Muslim, usaha kuliner tidak hanya dipandang sebagai kegiatan ekonomi semata, tetapi juga berkaitan erat dengan kepatuhan terhadap prinsip-prinsip syariat Islam, terutama dalam hal kehalalan makanan yang dijual.

Konsep Halal dan Haram dalam Makanan

Dalam ajaran Islam, makanan tidak hanya dinilai dari aspek kesehatan dan gizi, tetapi juga dari aspek kehalalan dan kebaikannya (halalan thayyiban). Makanan halal adalah makanan yang diperbolehkan untuk dikonsumsi oleh umat Islam sesuai dengan ketentuan syariat, baik dari segi bahan, cara memperoleh, maupun proses pengolahannya. Prinsip ini menegaskan bahwa seorang Muslim harus memastikan bahwa makanan yang dikonsumsi dan diperjualbelikan tidak mengandung unsur yang diharamkan dalam Islam (Nashirun, 2020).

Kata halal berasal dari bahasa Arab yang berarti sesuatu yang diperbolehkan atau tidak dilarang oleh syariat. Mengonsumsi makanan halal diyakini memberikan berbagai manfaat, seperti ketenangan hidup, kesehatan jasmani dan rohani, keberkahan dalam kehidupan, serta perlindungan dari Allah SWT (Nashih, 2015). Sebaliknya, makanan haram merupakan segala sesuatu yang dilarang oleh Allah SWT untuk dikonsumsi karena mengandung unsur yang membahayakan atau tidak sesuai dengan nilai-nilai keislaman (Ali, 2016).

Larangan mengenai makanan haram dijelaskan secara tegas dalam Al-Qur'an, salah satunya dalam Surah Al-Maidah ayat 3 yang menyebutkan beberapa jenis makanan yang diharamkan, seperti bangkai, darah, daging babi, hewan yang disembelih atas nama selain Allah, serta hewan yang mati karena sebab-sebab tertentu seperti tercekik, dipukul, jatuh, atau dimangsa binatang buas. Selain itu, Islam juga melarang konsumsi minuman yang memabukkan seperti khamar. Rasulullah SAW menegaskan bahwa setiap yang memabukkan termasuk khamar dan hukumnya haram untuk dikonsumsi (Lutfee Hayeuma, 2022). Oleh karena itu, bagi pedagang Muslim, menjaga kehalalan produk yang dijual merupakan bagian penting dari tanggung jawab keagamaan sekaligus etika bisnis.

Konsep Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang memungkinkan individu untuk menjalani kehidupan secara produktif, mampu mengelola stres, serta menjalin hubungan sosial yang baik dengan orang lain. Dalam perspektif psikologi, kesehatan mental berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai tekanan internal maupun eksternal dalam kehidupannya. Sementara itu, dalam perspektif Islam, kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan keseimbangan psikologis, tetapi juga dengan hubungan spiritual antara manusia dan Allah SWT yang tercermin melalui nilai-nilai keimanan dan ketakwaan.

Menurut Daradjat (1988), kesehatan mental mencakup keseimbangan fungsi jiwa, kemampuan menghadapi masalah kehidupan, serta tercapainya perasaan bahagia dan rasa percaya diri yang positif. Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik umumnya mampu mengendalikan emosi, berpikir secara rasional, serta berinteraksi secara sehat dengan lingkungan sosialnya. Selain itu, kesehatan mental juga ditandai dengan tidak adanya gangguan kejiwaan yang serius seperti neurosis maupun psikosis (Juli-Desember et al., 2024).

Pengaruh Non-Muslim terhadap Kesehatan Mental Pedagang Muslim

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang mayoritas non-Muslim di Yala, Thailand, memberikan dinamika tersendiri bagi pedagang Muslim dalam menjalankan aktivitas ekonomi mereka. Dalam beberapa kasus, pedagang Muslim menghadapi tantangan berupa stigma sosial maupun diskriminasi yang dapat memengaruhi kondisi psikologis mereka. Situasi tersebut berpotensi menimbulkan perasaan terasing, menurunnya rasa percaya diri, serta munculnya kecemasan dan tekanan psikologis dalam kehidupan sehari-hari.

Interaksi dengan masyarakat non-Muslim tidak selalu memberikan dampak negatif. Dalam beberapa situasi, hubungan sosial yang terjalin secara baik justru dapat menciptakan peluang integrasi sosial yang positif. Pedagang Muslim dapat membangun relasi ekonomi dan sosial yang harmonis dengan komunitas sekitar, meskipun tetap terdapat perbedaan nilai, budaya, maupun keyakinan yang harus disikapi secara bijaksana.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, pedagang Muslim mengembangkan berbagai strategi adaptasi untuk menjaga kesehatan mental mereka. Beberapa di antaranya adalah membangun jaringan sosial dengan sesama pedagang Muslim, memperkuat praktik keagamaan sebagai sumber ketenangan batin, serta meningkatkan keterampilan usaha untuk memperkuat rasa percaya diri. Strategi adaptasi ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan spiritual memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas psikologis para pedagang di lingkungan yang berbeda secara budaya dan agama.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara lingkungan sosial dan kesehatan mental memiliki implikasi penting bagi pengembangan kebijakan yang lebih inklusif. Program bimbingan dan konseling yang sensitif terhadap konteks budaya serta dukungan sosial dari pemerintah dan masyarakat dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis pedagang Muslim. Selain itu, peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya toleransi dan kesehatan mental juga menjadi langkah penting dalam menciptakan kehidupan sosial yang lebih harmonis di wilayah multikultural seperti Yala.

Gambar 1. Pedagang Muslim di Yala-Thailand



Doc. Saat Proses Pelaksanaan Penelitian

Kesehatan mental pedagang Muslim di Yala tidak dapat dilepaskan dari kondisi sosial, budaya, dan politik yang berkembang di wilayah tersebut. Yala merupakan bagian dari wilayah Thailand Selatan yang memiliki populasi Muslim cukup besar, namun tetap berada dalam sistem sosial dan politik negara yang mayoritas penduduknya beragama Buddha. Kondisi ini menciptakan dinamika kehidupan sosial yang unik, di mana pedagang Muslim harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang berbeda secara budaya dan agama. Situasi tersebut sering kali menuntut kemampuan adaptasi psikologis yang kuat agar mereka dapat tetap menjalankan aktivitas ekonomi secara stabil (Sukeesi et al., 2023).

Praktik kehidupan sehari-hari, pedagang Muslim di Yala menghadapi berbagai tekanan sosial yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental mereka. Tekanan tersebut dapat berasal dari faktor ekonomi, persaingan usaha, serta perbedaan nilai budaya dengan masyarakat sekitar. Selain itu, ketidakpastian ekonomi dan keterbatasan akses terhadap dukungan sosial juga dapat meningkatkan tingkat stres dalam menjalankan usaha kecil. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesehatan mental pedagang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh kondisi lingkungan sosial dan ekonomi tempat mereka bekerja (Harahap et al., 2024).

Faktor keagamaan juga memainkan peran penting dalam menjaga stabilitas mental pedagang Muslim di Yala. Nilai-nilai spiritual dalam Islam, seperti kesabaran (sabr), tawakal, dan keyakinan terhadap ketentuan Allah SWT, sering kali menjadi sumber kekuatan psikologis bagi individu dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Praktik ibadah seperti salat, doa, serta keterlibatan dalam

kegiatan keagamaan di komunitas lokal dapat memberikan ketenangan batin dan membantu pedagang mengelola tekanan emosional yang mereka alami (Juli-Desember et al., 2024).

Keberadaan jaringan sosial antar pedagang juga menjadi faktor penting dalam menjaga kesehatan mental mereka. Hubungan solidaritas antara sesama pedagang Muslim memungkinkan terjadinya pertukaran informasi, dukungan moral, serta kerja sama ekonomi yang dapat memperkuat ketahanan sosial komunitas. Dukungan sosial seperti ini terbukti memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat stres dan meningkatkan rasa memiliki terhadap komunitas, sehingga dapat membantu individu menghadapi tekanan sosial dengan lebih baik (Harris, 2020).

Upaya menjaga kesehatan mental pedagang Muslim di Yala perlu melibatkan pendekatan yang komprehensif, baik dari aspek sosial, ekonomi, maupun spiritual. Program pemberdayaan ekonomi, pelatihan keterampilan usaha, serta layanan konseling yang sensitif terhadap budaya lokal dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis para pedagang. Dengan adanya dukungan yang tepat dari berbagai pihak, diharapkan pedagang Muslim di Yala dapat menjalankan aktivitas ekonomi mereka secara lebih tenang, produktif, dan berkelanjutan di tengah dinamika masyarakat yang multikultural (Sukezi et al., 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengungkap pengaruh signifikan lingkungan non-Muslim terhadap kesehatan mental pedagang Muslim di Yala, Thailand. Banyak pedagang menghadapi stigma dan diskriminasi yang berdampak negatif pada kesejahteraan mental mereka, menciptakan perasaan cemas, depresi, dan penurunan harga diri. Meskipun terdapat tantangan, pedagang Muslim menunjukkan ketahanan dan kemampuan untuk beradaptasi melalui berbagai mekanisme, seperti membangun jaringan sosial dan mengandalkan praktik spiritual. Selain itu, kondisi kesehatan lingkungan dan ekonomi turut berkontribusi terhadap kesehatan mental mereka, di mana lingkungan yang tidak mendukung dapat memperburuk stres, sedangkan kondisi ekonomi yang stabil memberikan rasa aman. Temuan ini menekankan perlunya pengembangan program bimbingan dan konseling yang sensitif terhadap konteks budaya pedagang Muslim, serta pentingnya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang isu kesehatan mental untuk mengurangi stigma dan diskriminasi. Dengan memahami hubungan antara lingkungan sosial dan kesehatan mental, penelitian ini memberikan wawasan berharga untuk merumuskan kebijakan yang lebih inklusif dan mendukung kesejahteraan komunitas pedagang Muslim di Yala. Penelitian ini juga membuka jalan bagi studi lebih lanjut dalam bidang ini untuk memperdalam pemahaman mengenai adaptasi dan dukungan yang diperlukan oleh komunitas ini.

REFERENSI

- Amran, A., & Rais, Z. (2025). Moderasi beragama di kalangan minoritas Muslim di Indonesia. *Hikmah*, 19(1), 41–58.
- Ayu, R., Lestary, D., & Iqbal, M. (2023). Persepsi pedagang makanan non-halal terhadap konsumen Muslim di Kota Manado. *ABHATS: Jurnal Islam Ulil Albab*, 47(2), 47–59.
- Daradjat, Z. (1988). *Kesehatan mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Harahap, A., Juita, Sharmila, & Mariska, Y. (2024). Pentingnya menjaga kesehatan mental dalam perspektif agama Islam. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(4), 7836–7848.
- Hardani. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. Yogyakarta: CV. Syakir Media Press.
- Harris, S. (2020). Social stigma and mental health in multicultural societies. *Journal of Social Psychology*, 15(2), 112–125.
- Juli-Desember, E., Vernisha, A., Arina, B. A., & Intan, N. (2024). Korelasi antara akhlak Islami dan kesehatan mental. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 33–44.
- Lutfee Hayeuma. (2022). *Halal: Studi kasus Muslim di wilayah Yala, Thailand*. Pattani: Prince of Songkla University Press.
- Moleong, L. J. (2006). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Nashih, A. (2015). *Etika konsumsi dalam Islam*. Jakarta: Kencana.
- Nashirun. (2020). Konsep makanan halal dan haram dalam perspektif Islam. *Jurnal Studi Islam*, 12(1), 55–68.
- Smith, J. (2019). Environmental health and psychological wellbeing. *International Journal of Public Health*, 8(3), 201–210.
- Sukesi, T. W., Khair, U., Mulasari, S. A., & Tentama, F. (2023). Hubungan antara kesehatan lingkungan dengan gangguan emosional. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 22(2), 128–133.
- WHO. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization.
- Yusuf, S. (2018). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.