

**ZIKIR RATIB SAMAN SEBAGAI PRAKTIK
SPIRITUAL UNTUK MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL
WELL BEING* DI TANJUNG PAUH, KERINCI**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu
Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)*



**Oleh
NABILLA ECHA SYAPNA
NIM.2115040146**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UIN IMAM BONJOL PADANG
1447 H/ 2025 M**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabilla Echa Syapna
NIM : 2115040146
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas : UIN Imam Bonjol Padang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul
**“Zikir Ratib Saman sebagai Praktik Spiritual untuk Meningkatkan
Psychological Well Being di Tanjung Pauh, Kerinci”** adalah hasil karya saya
sendiri tanpa menjiplak atau mengutip karya orang lain secara tidak sah. Semua
sumber yang saya gunakan dalam penyusunan skripsi ini telah saya cantumkan
dan saya akui sesuai dengan aturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari
terbukti ada unsur plagiarisme atau pelanggaran akademik, saya bersedia
menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UIN Imam Bonjol
Padang.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 19 Mei 2025

Yang Menyatakan



Nabilla Echa Syapna
NIM. 2115040146

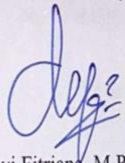
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **“Zikir Ratib Saman sebagai Praktik Spiritual untuk Meningkatkan *Psychological Well Being* di Tanjung Pauh, Kerinci”** disusun oleh Nabilla Echa Syapna, NIM: 2115040146 Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke Sidang Munaqasyah.

Padang, 20 Juni 2025

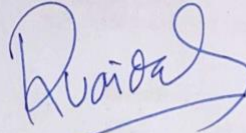
Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Pembimbing II



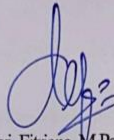
Dr. Ruaidah, SS., M.Pd
NIP. 197912192008012011

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Zikir Ratib Saman sebagai Praktik Spiritual untuk Meningkatkan *Psychological Well Being* di Tanjung Pauh, Kerinci”. Nabilla Echa Syapna NIM. 2115040146 telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Senin, 14 Juli 2025 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

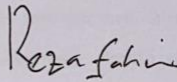
Padang, 29 Juli 2025

Tim Penguji Ketua



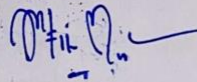
Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Penguji I



Dr. Reza Fahmi, M.A
NIP. 196908292002121002

Penguji II



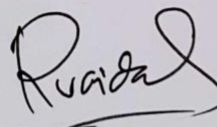
Dr. Wanda Fitri, M.Si
NIP. 196912181995032001

Penguji III



Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

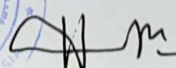
Penguji IV



Dr. Ruaidah, SS., M.Pd
NIP. 197912192008012011

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Prof. Dr. Andri Ashadi, M.Ag
NIP. 197210081999031003

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “**Zikir Ratib Saman sebagai Praktik Spiritual untuk Meningkatkan *Psychological Well Being* di Tanjung Pauh, Kerinci**”

Ditulis oleh Nabilla Echa Sypna, NIM 2115040146 Prodi Psikologi Islam
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang 2025.

Penelitian ini mengkaji fenomena zikir Ratib Saman sebagai suatu bentuk praktik spiritual yang berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) masyarakat di Desa Tanjung Pauh, Kerinci. Berdasarkan temuan di lapangan, praktik ini memperlihatkan dua sisi yang berlawanan. Di satu sisi, zikir memberikan dampak positif berupa ketenangan batin, penguatan relasi sosial, peningkatan rasa syukur, serta membantu individu dalam mengelola tekanan emosional dan menemukan makna hidup. Di sisi lain, terdapat tekanan sosial yang menyebabkan sebagian warga merasa terpaksa berpartisipasi, sehingga berpotensi menimbulkan konflik batin (*disonansi psikologis*) dan gangguan terhadap kesejahteraan mental.

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Data diperoleh melalui teknik observasi, wawancara, serta dokumentasi terhadap masyarakat yang secara aktif terlibat dalam praktik zikir. Analisis dilakukan dengan mengacu pada enam dimensi *psychological well-being* menurut teori Ryff, yakni penerimaan diri, hubungan interpersonal yang positif, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Hasil kajian menunjukkan bahwa zikir Ratib Saman memiliki fungsi sebagai media penguatan mental, spiritual, dan sosial. Subjek menyatakan adanya peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi, meredakan stres, membangun hubungan sosial yang lebih hangat, serta memperoleh dukungan emosional yang konstruktif dari lingkungan. Selain itu, zikir ini turut memfasilitasi perkembangan makna hidup, membangun rasa percaya diri, dan meningkatkan kapasitas individu dalam pengambilan keputusan secara mandiri. Dengan demikian, zikir Ratib Saman berfungsi sebagai terapi spiritual yang efektif dalam membangun *psychological well being* masyarakat Desa Tanjung Pauh.

Kata Kunci: Zikir Ratib Saman, Praktik Spiritual, *Psychological Well-Being*, Kerinci

ABSTRACT

Thesis entitled “Zikir Ratib Saman as a Spiritual Practice to Improve Psychological Well Being in Tanjung Pauh, Kerinci” Written by Nabilla Echa Syapna, Student ID 2115040146 Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, UIN Imam Bonjol Padang, 2025.

This study examines the phenomenon of Ratib Saman chanting as a spiritual practice that contributes to enhancing the psychological well-being of the community in Tanjung Pauh Village, Kerinci. Based on field data, this practice presents two opposing dimensions. On one side, it offers positive effects such as inner peace, strengthened social relationships, increased gratitude, and emotional resilience, helping individuals find meaning in life. Conversely, the presence of social pressure has led some residents to participate reluctantly, potentially causing psychological dissonance and disrupting their mental wellness.

Employing a descriptive qualitative method, the research utilizes observation, interviews, and documentation techniques to gather insights from individuals actively engaged in the chanting. Data analysis is framed by Ryff’s six dimensions of psychological well-being: self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, life purpose, and personal growth.

The findings reveal that Ratib Saman serves as a medium for reinforcing mental, spiritual, and social stability. Participants report improved emotional regulation, reduced stress, warmer social connections, and constructive emotional support. Additionally, the practice facilitates the development of life meaning, builds self-confidence, and strengthens independent decision-making skills. In conclusion, Ratib Saman functions as an effective form of spiritual therapy that fosters psychological well-being among the people of Tanjung Pauh Village.

Keywords: *Zikir Ratib Saman, Spiritual Practice, Psychological Well-Being, Kerinci*

KATA PENGANTAR

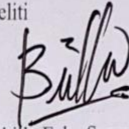
Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Zikir Ratib Saman sebagai Praktik Spiritual Untuk Meningkatkan *Psychological Well Being* di Tanjung Pauh, Kerinci”. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Proses skripsi ini tidak lepas dari bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, sehingga peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.
2. Dekan serta Wakil Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Ketua Program Studi Psikologi Islam dan Sekretaris Program Studi Psikologi Islam.
4. Ibu Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing I dan dosen PA dan Ibu Dr. Ruidah, SS., M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia menyisihkan waktu, memberikan perhatian, ilmu serta solusi dalam membimbing peneliti selama penyusunan skripsi.
5. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
6. Teristimewa semua keluarga besar, khususnya kedua orang tua peneliti ayah tercinta Zulkarnaen Paozi dan ibu yang paling tersayang Eka Sartika yang selalu memberikan do’a, dukungan, kasih sayang dan rasa cinta, sebagai *support system* bagi peneliti.
7. Semua subjek yang terlibat dalam penelitian ini. Tanpa bantuan dari subjek tentu saja skripsi ini tidak akan dapat diselesaikan.
8. Sahabat tercinta dan sahabat seperjuangan Aiwa, Rada Sri Antika, Haniva, Vira Anastasya Putri, Fatimah Zahara, Raadhiyah Pami Yulisa, Putri Yonita dan Alfitri Nuzul Marhamah yang telah lama kebersamaan dalam keluh kesah peneliti.
9. Terakhir, kepada diri sendiri, Nabilla Echa Syapna. Terima kasih sudah mau mengusahakan, bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah di mulai.

Akhir kata, peneliti berharap karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya, terutama bagi penulis sendiri. Aamiin ya rabbal alamin.

Padang, 19 Mei 2025

Peneliti



Nabilla Echa Syapna

PERSEMBAHAN DAN MOTTO

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa haru, bangga, dan syukur, skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

Kedua orang tua tercinta, ayah dan ibu, yang tak pernah lelah menjadi penyemangat dalam segala hal. Terima kasih atas segala doa yang tiada putus, pengorbanan tanpa pamrih, cinta yang tak bersyarat, dan dukungan yang senantiasa menguatkan di kala lelah dan putus asa menghampiri. Segala pencapaian ini tidak akan pernah berarti tanpa restu dan kehadiran kalian dalam setiap langkah.

Para dosen dan pembimbing yang telah membimbing dengan penuh kesabaran dan keikhlasan. Terima kasih atas ilmu, waktu, dan perhatian yang telah diberikan selama proses penulisan skripsi ini. Bimbingan dan arahan dari Bapak dan Ibu menjadi pijakan penting dalam penyusunan karya ilmiah ini.

Seluruh civitas akademika Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, terkhusus Program Studi Psikologi Islam, yang telah menjadi rumah belajar yang penuh semangat, diskusi, dan pengalaman berharga selama menempuh pendidikan.

Subjek-subjek penelitian yang telah dengan tulus meluangkan waktu dan membuka diri untuk berbagi dalam proses penelitian ini. Kehadiran dan kontribusi kalian sangat berarti, dan menjadikan penelitian ini lebih bermakna secara ilmiah dan spiritual.

Dan yang tak kalah penting, kepada diri sendiri terima kasih karena telah bertahan, terus belajar, dan tidak menyerah meski sering merasa ragu. Terima kasih telah berani melangkah dan menyelesaikan tanggung jawab yang telah dimulai. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari perjalanan panjang untuk terus tumbuh dan memberi manfaat.

MOTTO

"Ingatlah Aku, niscaya Aku ingat (pula) kamu." (QS. Al-Baqarah: 152)

Zikir adalah kunci ketenangan jiwa dan kekuatan hati, yang membawa kesejahteraan psikologis sejati.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERSEMBAHAN DAN MOTTO.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Fokus Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	8
F. Signifikansi dan Keunikan Penelitian	9
G. Penjelasan Judul	9
H. Sistematika Penulisan	10
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
A. <i>Psychological Well-being</i>	12
1. Pengertian <i>Psychological Well-being</i>	12
2. Dimensi-dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	14
3. Faktor-Faktor <i>Psychological Well-Being</i>	17
B. Zikir Sebagai bentuk Terapi Islam	21
C. Perspektif Islam tentang <i>Psychological Well Being</i>	37
D. Penelitian yang Relevan.....	41
E. Kerangka Konseptual	50

BAB III.....	53
METODE PENELITIAN	53
A. Jenis Penelitian	53
B. Lokasi Penelitian	53
C. Data dan Sumber Data	54
D. Teknik Pengumpulan Data	55
E. Teknik Analisis Data.....	59
F. Uji Keabsahan Data	60
BAB IV	63
HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Setting Penelitian.....	63
1. Tahapan Persiapan Penelitian.....	63
2. Tahapan Pelaksanaan Penelitian	65
3. Gambaran Umum Subjek.....	66
B. Hasil Penelitian.....	66
1. Hasil Observasi.....	67
2. Hasil Wawancara.....	71
C. Pembahasan	104
BAB V.....	112
PENUTUP.....	112
A. Kesimpulan	112
B. Saran	114
DAFTAR PUSTAKA.....	116
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	51
--------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Daftar Data Informan.....	66
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran SK Seminar Proposal.....	115
Lampiran SK Pembimbing.....	116
Lampiran Surat Izin Penelitian.....	117
Lampiran Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian Dari Desa	118
Lampiran Informed Consent	119
Lampiran Pedoman Wawancara.....	120
Lampiran Dokumentasi.....	130



UIN IMAM BONJOL
PADANG