

## ABSTRAK

**Ani Maesaroh** : Meditasi dalam Agama Hindu dan Buddha (Studi Komparasi Meditasi menurut Pendeta Putu Yasa di Pura Agung Wira Loka Natha Cimahi dan Bhikkhu Suddhasilo di Vihara Vipassana Graha Lembang), Skripsi, Bandung, Jurusan Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati, tahun 2017.

Meditasi adalah suatu ritual untuk mencapai ketenangan bathin. Meditasi sebenarnya dilakukan oleh semua agama, tetapi konsep dan prakteknya yang berbeda. Meditasi umumnya adalah ritual yang dilakukan oleh agama Hindu dan Buddha. Meditasi dalam agama Hindu maupun Buddha adalah suatu ritual yang penting. Meditasi dalam agama Hindu maupun agama Buddha baik secara konsep maupun praktek adalah sama saja, tetapi dalam perspektif sejarah, tujuan, dan landasan teologis yang medasari meditasi dalam agama Hindu maupun Buddha terlihat adanya perbedaan diantara meditasi dalam agama Hindu maupun agama Buddha. Dari pernyataan tersebut, menarik untuk diteliti letak persamaan dan perbedaan meditasi yang ada dalam agama Hindu dan Buddha yang meliputi pengertian, tujuan, landasan teologis dilakukannya meditasi dalam agama Hindu dan Buddha, kemudian waktu pelaksanaannya dan jenis-jenis meditasi dalam agama Hindu dan Buddha.

Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena permasalahan dalam objek yang diteliti bersifat alamiah dan berkembang apa adanya, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan komparatif yang akan menghasilkan persamaan dan perbedaan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai meditasi dalam agama Hindu dan Buddha yang didalamnya diungkapkan persamaan dan perbedaan, penulis menyimpulkan bahwa dalam hal pengertian baik meditasi dalam agama Hindu maupun agama Buddha memiliki pengertian yang hampir sama yaitu ketenangan bathin. Dalam agama Hindu meditasi dilakukan untuk mencapai moksha (pembebasan abadi). Dalam agama Buddha meditasi dilakukan untuk membebaskan diri dari dukkha (penderitaan). Dalam pelaksanaan meditasi baik dalam agama Hindu dan Buddha dilakukan pada pagi dan sore hari. Tetapi meditasi bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja. Meditasi dalam agama Hindu dan Buddha terlihat perbedaannya dalam jenis-jenis dan landasan teologisnya. Sebenarnya meditasi dalam agama Hindu disebut dengan yoga (jalan untuk mencapai Tuhan). Dalam agama Buddha ada dua jenis meditasi yaitu Samatha Bhavana (meditasi untuk mendapat ketenangan bathin) dan Vipassana Bhavana (meditasi untuk mendapatkan pandangan yang terang).

**Kata Kunci** : *meditasi, moksha, dukkha, yoga, samatha bhavana, vipassana bhavana*