

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semesta terus berkembang seiring berjalannya waktu, begitu pula dengan kehidupan manusia. Seiring berjalannya waktu, manusia semakin mengalami kelengkapan dalam hal kebutuhannya untuk hidup di dunia. Ilmu pengetahuan dan teknologi pun semakin berkembang, dan perkembangan semesta mempengaruhi kehidupan manusia.

Kita tahu bagaimana dulu manusia hidup dengan kesederhanaan, asal bisa makan, asal punya tempat untuk berlindung, dan asal kita punya pakaian maka semuanya selesai. Tapi sekarang, kebutuhan manusia semakin beragam, satu kebutuhan terlengkapi datang lagi kebutuhan yang lain yang menuntut untuk dipenuhi dan hal ini tidak lepas dari dampak kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Dikarenakan semakin banyaknya kebutuhan manusia, persaingan antar manusia pun mulai dan sekarang semakin mengerikan. Kita lihat bagaimana manusia sekarang sudah berkurang perasaan empatinya, jangankan untuk membantu manusia lain yang kesusahan, untuk bertanya apa yang terjadi pun kita enggan. Kita lebih banyak sibuk untuk mencapai semuanya bahkan dengan berbagai cara demi mencapai kata puas dan kebahagiaan itu. Namun kebanyakan dari kita salah menafsirkan

kebahagiaan sehingga ketika kita mencapai suatu hal, bukan perasaan senang yang hakiki yang kita peroleh melainkan kegelisahan

karena keserakahan kita sebagai makhluk yang tidak pernah puas pada satu pencapaian. Dari kasus-kasus demikian, maka agama tampil sebagai solusi dari peliknya batin manusia. Agama sebagai refleksi atas cara beragama tidak hanya terbatas pada kepercayaan saja, akan tetapi dalam perwujudan-perwujudan tindakan kolektivitas umat. Agama bisa dijadikan menjadi beberapa dimensi religiusitas salah satunya emosi keagamaan.¹

Salah satu agama yang mengajarkan metode untuk memperoleh ketenangan batin ini adalah Agama Buddha. Di dalam alur sejarah agama-agama di India, Agama Buddha dimulai sejak tahun 500 SM hingga tahun 300 M. Sebagai agama, ajaran Buddha tidak berfokus dengan konsep ketuhanan, tetapi dari keadaan yang dihadapi manusia dalam kehidupan sehari-hari, khususnya tentang tata susila yang harus dijalankan manusia agar terbebas dari lingkaran *sukha* yang selalu mengiringi hidupnya.² Agama Buddha menawarkan meditasi sebagai solusi dari peliknya kehidupan manusia dan di zaman sekarang praktik meditasi semakin marak dilaksanakan oleh orang dari berbagai latar belakang agama dan suku. Meditasi berfungsi sebagai media dalam mengatur kestabilan jiwa seseorang. Hal ini bisa kita lihat di dalam beberapa film, di dalam lingkungan

¹Dadang Kahmad, *Metodelogi Penelitian: Perspektif Ilmu Perbandingan Agama*, (Bandung: CV. Pusaka Setia, 2000), 27.

²Mudjahid Abdul Manaf, *Sejarah Agama-agama*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 1994), 21.

masyarakat menengah meditasi juga cenderung dilaksanakan sebab mereka lelah disibukkan dengan urusan keduniawian.

Agama Buddha sendiri perlu kita tahu siapa sosok yang berperan di dalamnya. Di dalam Agama Buddha sosok Siddharta Gautama merupakan orang yang sangat berpengaruh di sana. Terdapat banyak cerita dikalangan umat Buddha tentang Siddharta Gautama. Singkatnya Siddharta Gautama adalah seorang anak raja yang biasa hidup mewah kemudian memilih hidup membuddha setelah melihat empat kejadian di dalam kehidupannya. Pertama, Pangeran Siddharta melihat seorang tua yang sangat lemah tubuhnya, sehingga hidupnya penuh penderitaan. Pangeran Siddharta berpikir bahwa bagaimana pun juga orang hidup ini pada akhirnya pasti akan mengalami tua yang penuh penderitaan. Kedua Pangeran Siddharta melihat orang sakit yang sangat menderita karena penyakitnya. Ketiga Pangeran Siddharta juga melihat orang mati, yang meskipun tubuhnya masih tampak utuh, tetapi sudah tidak mempunyai daya apa pun. Pangeran Siddharta harus berpisah dengan harta, tahta dan segala sesuatu yang dicintainya. Terakhir Pangeran Siddharta melihat seorang pendeta pertapa yang meskipun hidup miskin tapi tampak wajahnya cerah melambangkan kedamaian yang terdapat dalam batinnya maka Pangeran Siddharta memilih meninggalkan kehidupannya yang serba mewah dan mulai berpuasa dan bermeditasi di dalam hutan sampai Pangeran Siddharta memperoleh pencerahan. Pangeran Siddharta memperoleh pencerahan setelah bermeditasi di bawah pohon Boddhi di Boddh

Gaya, dari peristiwa itu maka tersingkaplah baginya pengetahuan tentang kebenaran sejati.³

Meditasi telah menjadi latihan yang sangat populer di seluruh dunia. *World health organization*, pekerja medis, dan psikiater telah menerima meditasi untuk mengobati depresi, untuk mengontrol tekanan darah tinggi, dan untuk tujuan terapis lainnya. Beberapa orang yang disebut guru Meditasi menjadikan bisnis yang berkembang pesat, semuanya tidak ada hubungannya dengan *dhamma*. Meditasi yang dipahami dan kemudian digunakan bukanlah tujuan dari ajaran Buddha.⁴ Salah satu guru yang terkenal bahkan dianggap sebagai guru besar dalam meditasi itu adalah Anand Krishna. Anand Krishna adalah tokoh spiritual keturunan India, namun lahir di Surakarta, Jawa Tengah pada tanggal 1 September 1956. Anand Krishna mengenyam pendidikan dasarnya di suatu daerah di India Utara yang bernama Lucknow, kali pertama Anand Krishna bertemu dengan guru spiritualitasnya, Syeikh Baba, sebelum menjadi guru spiritual dan tokoh lintas agama seperti sekarang ini.

Anand Krishna merupakan salah satu orang yang berfokus kepada praktik meditasi yang memiliki pengikut yang cukup banyak.⁵ Guru besar meditasi ini mengajarkan bagaimana agar bisa hidup sehat dan bahagia di tengah kekacauan dunia, bagaimana agar bisa menghargai dan mencintai siapapun tanpa membedakan latar belakang, bagaimana mencintai musuh yang memusuhi kita

³Mudjahid Abdul Manaf, *Sejarah.....*, 24-26.

⁴Danai Chanchaochai, *Dhamma Moments*, (Jakarta: PT: Bhuana Ilmu Populer, 2003), 81.

⁵Anand Krisna, *Ilmu Media dan Meditasi*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2012), 28.

dan mengajarkan bagaimana kita bisa mengenal dirinya sendiri. Praktik meditasi menurut Anand Krishna adalah teknik dan cara yang memungkinkan anda untuk bisa mencintai satu sama lain, menghapuskan rasa sakit hati, permusuhan, jeles, benci marah, dendam dan segala emosi yang dimiliki oleh setiap orang.⁶

Meditasi adalah memusatkan pikiran pada satu objek yang dilakukan dengan kesadaran penuh, sehingga kita mampu merasakan apa yang terjadi pada diri kita sendiri. Kalau proses tersebut tidak dilakukan secara tidak sadar, sesuai dengan definisi di atas, maka kegiatan tersebut disebut hanya memusatkan perhatian dan belum bisa disebut sebagai aktivitas meditasi.⁷

Kemudian apa fungsi dari meditasi sendiri? Meditasi dapat menghilangkan rasa ketakutan pada perubahan. Meditasi melonggarkan cengkeraman kita terhadap harapan akan keabadian. Kita tidak lagi berlindung pada gagasan suatu jiwa abadi yang sempurna, karena kita berlindung, bergerak dan hidup dalam keadaan “nyata”. Kehidupan tidaklah pernah terasa membosankan apabila kita merasakan adanya perubahan. Kita merasa lebih tenang dan lebih percaya diri bersamaan dengan hilangnya pola hubungan lama dengan waktu yang berlawanan itu, dan kita pun akan memasuki alam tanpa waktu, dengan pikiran yang damai.⁸

⁶Anand Krishna, *Seni Memberdaya Diri 2: Meditasi Untuk Peningkatan Kesadaran*, (Jakarta: PT.Gramedia Pustaka, 1999), 5.

⁷Luh Ketut Suryani, *Menemukan Jati Diri dengan Meditasi*, (Jakarta: PT. Elex Media Koputindo, 2000), 45.

⁸Manfrad B. Steger, Perle Basserman, *Grassroots Zen: Meditasi Zen Bagi Setiap Orang*, (Jakarta: PT Buana Ilmu Populer, 2007), 13.

Ada pun meditasi dalam buddhis mempunyai banyak jenisnya, akan tetapi yang paling populer adalah meditasi *vipasana bhavana* dan *samatha bhavana*. *Vipasana bhavana* adalah meditasi untuk mencapai pencerahan, sehingga untuk mencapai pencerahan itu diperlukan meditasi *vipasana bhavana* itu tadi. Sedangkan meditasi *samatha bhavana* terdiri dari dua suku kata, yaitu *samatha* itu adalah ketenangan *bhavana* adalah pengembangan jadi *samatha bhavana* adalah pengembangan ketenangan jiwa, untuk membuat batin menjadi tenang. Sebenarnya banyak lagi jenis meditasi, akan tetapi pada akhirnya nanti akan mengerucut kepada dua ini, *vipasana bhavana* dan *samatha bhavana*. *Vipasana Bhavana* mempunyai dua objek meditasi, sedangkan *samatha bhavana* mempunyai empat puluh objek meditasi.⁹

Meditasi di dalam buddhis mempunyai objek dalam melakukan meditasi. Pertama adalah petunjuk cinta kasih (*metta*). Kedua, meditasi kesadaran nafas (*Anapanasati*). Ketiga, meditasi pemaafan. Keempat, meditasi jalan. Objek yang sering digunakan di dalam buddhis hanya ada dua, yaitu pernafasan dan cinta kasih. Cinta kasih biasa disebut dengan istilah *metta bhavana*, *metta* berarti cinta kasih, sedangkan *bhavana* berarti mengembangkan, jadi *metta bhavana* adalah mengembangkan cinta kasih.¹⁰

Meditasi cinta kasih adalah meditasi yang bertujuan untuk memancarkan cinta kasih kita, cinta kasih adalah lawan dari membenci. Cinta kasih dipancarkan kepada makhluk di sekitar kita dan diri kita sendiri. Ketika meditasi cinta kasih

⁹Danai Chanchaochai, *Dhamma*....., 82.

¹⁰Danai Chanchaochai, *Dhamma*....., 83.

dilakukan, diharapkan kita dapat memancarkan cinta kasih yang dipancarkan kepada diri kita sendiri terlebih dahulu, fungsinya agar kita dapat menekan rasa benci yang ada di dalam diri kita sendiri.¹¹

Kemudian ada meditasi dengan objek pernafasan, ketika melakukan meditasi ini diharapkan kita mengetahui nafas masuk, nafas keluar, melonggarkan beban pikiran di kepala, serta membuka dan meluaskan batin kita, sebab nafas adalah rumah kita.¹²

Di Banjarmasin juga ada Agama Buddha dan salah satu tokohnya adalah Saddhaviro Mahatera, Saddhaviro Mahatera adalah salah satu *bhante* atau *bikkhu* yang ada di Vihara Dhammasoka Banjarmasin, Bhante Saddhaviro dikenal bukan hanya dikalangan buddhis, akan tetapi penulis dan sebagian besar umat Islam juga mengenal Bhante Saddhaviro. Bhante Saddhaviro adalah sebagai penyebar nilai-nilai Buddha Dhamma di Nusantara. Bhante Saddhaviro merupakan tokoh buddhis yang sering berpindah-pindah tidak hanya menetap di Vihara Dhammasoka Banjarmasin saja, akan tetapi Bhante Saddhaviro keliling Nusantara untuk memberikan materi kepada umatnya. Bhante Saddhaviro tidak terkenal begitu saja, Bhante Saddhaviro terkenal dengan kata-kata bijaknya yang sangat bagus dan kadang-kadang bisa membuat orang yang mendengar perkataan maupun tulisan beliau menjadi kagum.

¹¹Danai Chanchaochai, *Dhamma*....., 84.

¹²Bhante Vimalarasi, *Panduan Praktis Meditasi Cinta Kasih dan Penyadaran Nafas*, (tt: Ehipassiko Foundation, t.th), cet. 1, 53.

Seperti kata-kata beliau yang disampaikan kepada penulis, ”jika anda dalam keadaan sulit, ingatlah bahwa segala sesuatu tidak kekal adanya (*Annica*) termasuk kesulitan itu sendiri. Dengan mengingat kebenaran atau kehidupan yang tidak kekal, anda akan mampu membebaskan diri dari kesulitan yang ada tanpa membuat kesulitan baru”. Bhante Saddhaviro merupakan salah satu tokoh Agama Buddha yang berada di Vihara Dhammasoka Banjarmasin, pengalamannya di dalam dunia meditasi tidak bisa diragukan lagi, Bhante Saddhaviro mempunyai banyak umat, terutama di daerah Kalimantan Selatan, pada awal Bhante Saddhaviro menjadi Samanera memulai pembinaan di daerah Hulu Sungai kemudian lanjut ke daerah Kota Baru. Karena keramahtamahan Bhante Saddhaviro kepada semua orang, Bhante Saddhaviro mempunyai banyak umat yang selalu memberi perhatian kepadanya, apalagi mendengarkan pembinaan yang disampaikan oleh Bhante Saddhaviro yang selalu memberi motivasi bagi umat yang mendengarkan.

Ada pun alasan penulis memilih judul penelitian tentang meditasi menurut Bhante Saddhaviro adalah penulis melihat kehidupan Bhante Saddhaviro yang begitu mengagumkan di tengah kehidupan manusia lain yang sepertinya di zaman sekarang semakin sulit dengan fasilitas yang serba canggih. Oleh karena itu penulis mengangkat tema penelitian yang berjudul “Meditasi Menurut Bhante Saddhaviro Mahatera (Ajaran dan Pengalaman)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana ajaran Meditasi yang diberikan oleh Bhante Saddhaviro Mahatera?
- b. Bagaimana pengalaman Bhante Shaddhaviro Mahatera dalam mengamalkan meditasi tersebut?
- c. Bagaimana studi perbandingan meditasi dengan tafakkur menurut Imam Al-Gazhali?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini dilakukan dengan memberi gambaran yang jelas tentang meditasi menurut Bhante Shaddhaviro, dan pengalaman Bhante Saddhaviro dalam mengamalkan meditasi.

2. Signifikansi Penelitian

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang meditasi menurut Bhante Saddhaviro terutama bagi penulis sendiri.

b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan keterangan mengenai meditasi menurut Bhante Saddhaviro dan hasil penelitian ini mampu memberikan sumbangan ilmiah kepada orang yang ingin mengetahuinya, serta masyarakat yang belum mengetahui mengenai meditasi menurut Bhante Shaddhaviro. Bahan masukan untuk kajian yang lebih mendalam dan menambah wawasan keilmuan bagi mahasiswa sehubungan informasi yang diteliti.

c. Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) di Jurusan Studi Agama-agama Fakultas Ushuludin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

D. Definisi Istilah

Dalam upaya menghindari penafsiran-penafsiran yang salah dan tidak dikehendaki, khususnya mengenai judul maka penulis perlu memberikan penegasan judul sebagai berikut:

Melihat dari judul skripsi yaitu meditasi menurut Bhante Saddhaviro Mahatera (Ajaran dan Pengalaman) aka sedikit memaparkan apa maksud-maksud dari judul ini. Meditasi merupakan semacam jalan untuk membentuk diri lebih damai dan bijak dalam membaca kehidupan, salah satu cara yang dilakukan dalam sela-sela rutinitas. Di dalam kamus besar bahasa Indonesia, meditasi adalah cara melepas dunia luar yang ruwet untuk meraih kedamaian batin yang mantap.¹³ kemudian Bhante merupakan sebuah panggilan bagi seseorang yang sudah pernah menempuh pendidikan kebikkhuan atau sudah menginjak pendidikan sebagai Samanera, dan bhante yang dimaksud di sini adalah bhante Sadhaviro Mahatera.¹⁴ Sedangkan Samanera merupakan calon bikkhu, sebelum seseorang ditahbiskan menjadi bikkhu maka ia ditahbiskan sebagai samanera terlebih dahulu dengan upacara Pabbaja. Apabila telah berusia lebih dari 20 tahun dan telah memenuhi syarat baru seorang

¹³Saddhaviro Mahatera, salah seorang bhante di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 28 mei 2017.

¹⁴Saddhaviro Mahatera, salah seorang bhante di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 28 mei 2017.

samanera ditahbiskan menjadi seorang Bikkhu.¹⁵ Athasilani yang disebut di sini merupakan Biarawati kebikkhuan dalam Agama Buddha, Athasilani juga mengalami perubahan nama karena sudah bisa mencapai tingkat sila atau tingkat kebikkhuannya.¹⁶ Setiap seorang Bhante pastinya mempunyai suatu ajaran untuk disampaikan lagi kepada pengikutnya, Ajaran merupakan suatu pemahaman atau paham yang yang diajarkan seseorang untuk memahami sesuatu, dan di dalam judul ajaran adalah meditasi yang diajarkan langsung oleh Bhante Saddhaviro Mahatera baik berupa lisan maupun praktek¹⁷. Setiap orang mempunyai pengalaman yang ingin diceritakan sebagai suara kebanggaan yang sudah dicapai Pengalaman merupakan kejadian yang pernah dialami seseorang baik yang sudah lama atau yang baru saja terjai, pengalaman yang dibuat di dalam judul termasuk pengalaman yang pernah terjadi maupun di alami Bhante Saddhaviro Mahatera.¹⁸

E. Penelitian Terdahulu

Sebagai penunjang dalam penelitian ini penulis menemukan penelitian terdahulu mengenai meditasi yaitu:

¹⁵Saddhaviro Mahatera, salah seorang bhante di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 28 mei 2017.

¹⁶Athasilani Abhirati, seorang biarawati di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 24 juni 2017.

¹⁷ Saddhaviro Mahatera, salah seorang bhante di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 28 mei 2017.

¹⁸ Saddhaviro Mahatera, salah seorang bhante di Vihara Dhammasoka, wawancara pribadi, Banjarmasin, 28 mei 2017.

Skripsi yang ada sangkut pautnya dengan meditasi yaitu: Yoga Dalam Kefilsafatan Samkhya ditulis oleh Muhammad Yani guna menyelesaikan studi di Fakultas Ushuluddin Jurusan Perbandingan Agama pada tahun 1999. Dalam skripsi ini penulis membahas mengenai pengertian yoga menurut kefilosofan samkhya dan sekeliling mengenai yoga dalam filsafat terutama filsafat samkhya. Ada sedikit kesamaan dengan judul yang saya ambil karena yoga berarti menenangkan diri juga, akan tetapi berbeda tujuan yang ingin dilaksanakan dan bagaimana cara pelaksanaannya. Di dalam skripsi ini juga membahas mengenai filsafat samkhya merujuk kepada filsafat yang mengurai sifat sejati mengenai roh. Samkhya yoga juga berisi mengenai percakapan Arjuna dan Kresna mengenai kematian dan kehidupan.

Dari penelitian tersebut jelas tergambar bahwa penelitian di atas yang memiliki perbedaan pada objek penelitian. Penelitian dan penulis meneliti salah satu meditasi menurut Bhante Saddhaviro Mahatera yang tentu berbeda dengan penelitian yang lainnya. Dalam penelitian ini, penulis meneliti tentang apa pengertian meditasi menurut Agama Buddha, meditasi menurut Bhante Saddhaviro Mahatera, tata cara meditasi, dan doa sebelum meditasi. Sedangkan skripsi terdahulu itu menurut Agama Hindu.

F. Metode Penelitian

1. Bentuk Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu penelitian yang menggunakan informasi yang diperoleh dari subjek penelitian. Penelitian yang akan di lakukan

ini adalah penelitian tokoh yaitu sejumlah data yang diperlukan digali dari tokoh yang ingin diteliti.

1. Lokasi, Subjek, dan Objek Penelitian

a) Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian terletak di wilayah Banjarmasin, terutama di Vihara Dhammasoka Banjarmasin, yang terletak di jalan Pacitan laut, kelurahan Gadang, kecamatan Banjarmasin Tengah.

b) Subjek Penelitian

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah tokoh umat Buddha yang bernama Bhante Saddhaviro Mahatera dan tokoh umat bBuddha lainnya.

c) Objek Penelitian

Adapun yang menjadi objek penelitian ini adalah biografi dan pengalaman meditasi Bhante Saddhaviro Mahatera.

2. Data dan Sumber Data

a. Data Primer

Primer yaitu data yang didapat secara langsung dari sumbernya yakni responden yang berhubungan dengan objek penelitian yang mencakup biografi, ajaran, dan pengalaman Bhante Saddhaviro Mahatera, dan Mengulik buku *Cerita Tekad Orang Nekad* yang ditulis oleh Bhante Saddhaviro Mahatera.

b. Data Sekunder

Data sekunder yaitu data yang dapat melengkapi dari data pokok. Dan mencari tahu dengan Atashilani Abhirati mengenai meditasi, Athasilani Abhirati merupakan pengganti Bhante Saddhaviro Mahatera apabila tidak berada di Vihara Damasokka, Athasilani merupakan sosok perempuan dengan berpakaian serba putih dengan paras yang sangat cantik. Juga mengulik buku *Panduan Praktis Cinta Kasih dan Penyadaran Nafas* yang ditulis oleh Bhante Vimalaramsi.

3. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data dalam penelitian untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan relevan, teknik yang penulis gunakan dalam penelitian yaitu:

- a. Observasi yaitu pengamatan secara langsung ke lapangan, apakah terdapat gejala yang tampak pada objek penelitian. Adapun yang akan diteliti adalah bagaimana meditasi menurut Bhante Saddhaviro Mahatera.
- b. *Interview* atau wawancara yaitu penulis mengadakan tanya jawab dengan responden dan informasi untuk mendapatkan data tentang meditasi menurut Bhante Saddhaviro Mahatera.
- c. Membaca dan menelaah dokumentasi tentang meditasi Bhante Saddhaviro Mahatera.

4. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

- a. Teknik Pengolahan Data

Sebelum data dianalisis, penulis terlebih dahulu mengolahnya dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Koleksi data, yaitu pengumpulan data sebanyak-banyaknya, baik data primer maupun sekunder.
- 2) *Editing*, yakni menyaring dan mengecek data yang sudah dikumpulkan, dan menggunakan data yang diperoleh sesuai dengan tujuan penelitian.
- 3) Klasifikasi data, yaitu mengklasifikasikan data berdasarkan temuan lapangan seperti, hasil jawaban dari responden dan informan dan mengelompokkan data sesuai jenis, kegunaan dan permasalahan agar memudahkan dalam penguraian serta penyusunan data dalam laporan.
- 4) Interpretasi data, yaitu tahapan ini penulis memberikan komentar, penjelasan atau menafsirkan data yang kurang jelas agar lebih mudah dipahami dan dimengerti.

b. Analisis Data

Setelah semua data tersedia dan disajikan dalam bentuk deskriptif, maka akan dilakukan penganalisisan data dengan melakukan perbandingan dengan ajaran tafakkur dalam Islam.

G. Sistematika Penulisan

Penyusun atau penulisan skripsi dibagi menjadi beberapa bagian bab, dan bab itu dibagi menjadi enam bab, yaitu:

Bab I : Pendahuluan, yang memuat: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Signifikansi Penelitian, Definisi Istilah, Penelitian Terdahulu, Metode Penelitian dan Sistematika Penelitian.

Bab II : Landasan Teori yang memuat: Pendiri Agama Buddha, Pengertian Meditasi di Dalam Agama Buddha, Macam-macam Meditasi, Objek Dalam Meditasi, Bacaan Paritta, dan perbedaanya dengan tafakkur menurut Imam Al-Ghazali.

Bab III : Paparan dan Pembahasan Data Penelitian, yang memuat: Pengertian Meditasi Menurut Bhante Saddhaviro Mahatera, Unsur-unsur Meditasi: Pemimpin Meditasi, Peserta Meditasi, Kelengkapan Meditasi, Tata Cara Pelaksanaan Meditasi, Larangan dan Rintangan Meditasi, Fungsi dan Tujuan Meditasi (Ajaran Meditasi Menurut Bhante Sddhaviro Mahatera).

Bab IV : Biografi dan Pengalaman Bhante Saddhaviro Mahatera: Cerita Kehidupan Bhante Sebelum Menjadi Bikkhu dan Sesudah Menjadi Bikkhu, Pengalaman Pertama Bhante Melakukan Meditasi.

Bab V : Perbedaan Meditasi dan *Tafakkur* (Imam Al-Ghazali), Persamaan Meditasi Dengan *Tafakkur* (Imam Al-Ghazali)

Bab VI : Penutup,a yang memuat: Kesimpulan dan Saran-saran

