

**PROBLEM BASED LEARNING BERBASIS PEMBELAJARAN DARING
MENINGKATKAN PEMAHAMAN POLA HIDUP SEHAT DAN SIKAP
SISWA DI SMA NEGERI 2 SINGARAJA**

Oleh

Luh Ria Swastini, NIM 1713041057

Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) *Problem based learning* berbasis pembelajaran daring meningkatkan pemahaman pola hidup sehat (2) *Problem based learning* berbasis pembelajaran daring meningkatkan sikap siswa di SMA Negeri 2 Singaraja. Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen dengan desain *one pretest-posttest group design*. Populasi penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas XI MIPA di SMA Negeri 2 Singaraja. Sampel penelitian adalah kelas XI MIPA 1 yang berjumlah 34 orang yang diambil dengan teknik random sampling. Data diambil menggunakan metode tes berupa tes uraian pemahaman pola hidup sehat dan non tes berupa kuisisioner sikap siswa. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dan inferensial dalam pengujian hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* pada taraf signifikansi 5%. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa (1) *Problem based learning* berbasis pembelajaran daring dapat meningkatkan pemahaman pola hidup sehat pada kategori sedang dengan N-gain sebesar 0,54 (2) *Problem based learning* berbasis pembelajaran daring dapat meningkatkan sikap siswa dengan presentase peningkatan adalah 4,47%. Dengan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring berbasis *problem based learning* dapat meningkatkan pemahaman pola hidup sehat dan sikap siswa.

Kata Kunci: *Problem based learning*, Pemahaman Pola Hidup Sehat, Sikap Siswa.

**ONLINE LEARNING BASED ON PROBLEM BASED LEARNING
IMPROVES UNDERSTANDING OF HEALTHY LIFESTYLES AND
STUDENTS ATTITUDES IN SMA NEGERI 2 SINGARAJA**

By

Luh Ria Swastini, NIM 1713041057

Department of Marine Biology and Fisheries

ABSTRACT

The purpose of this study are to determine (1) understanding of healthy lifestyle in online learning based on Problem Based Learning (2) student attitudes in online learning based on Problem Based Learning at SMA Negeri 2 Singaraja. The type of this research is pre-experimental with a one pretest-posttest group design. The population of this study are all students of class XI MIPA at SMA Negeri 2 Singaraja. The research sample is class XI MIPA 1, amounting to 34 people who were taken by random sampling technique. The data was taken by using a test method in the form of a description of the understanding of a healthy lifestyle and a non-test in the form of a student attitude questionnaire. The data obtained were analyzed descriptively and inferentially in hypothesis testing which used the Wilcoxon test at a significance level of 5%. The results obtained indicate that (1) the implementation of problem-based learning online can improve understanding of healthy lifestyles in the medium category with an N-gain of 0.54 (2) The implementation of problem-based learning-based online learning can improve student attitudes with an increase is 4.47%. With this, it can be concluded that online learning based on problem based learning can improve understanding of healthy lifestyles and student attitudes.

Keywords : Problem based learning, Understanding Healthy Lifestyles, Student Attitudes.