

**Efektivitas Pembelajaran Problem-Based Learning (PBL) terhadap
Pemahaman Konsep IPA Siswa Kelas V SDI Sikumana 3**

Heryon Bernard Mbuik¹, Radka Bodkova Koli², Netti Nertelda Henuk³, Josefina B.
Saldanha⁴, Petrus Yohanes Nali⁵, Elis Belya Dami⁶
PGSD FKIP Universitas Citra Bangsa
Alamat e-mail : bernardmalole@gmail.com, putrykolly93@gmail.com,
nethyhenuk69@gmail.com, josesaldanha508@gmail.com,
petrusnali03@gmail.com, elisdami22@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to assess the effectiveness of the Problem-Based Learning (PBL) model combined with the use of concrete media in enhancing students' understanding of science concepts, particularly in the topic of energy transformation. The main problem underlying this research is the low level of students' scientific concept mastery due to traditional lecture-based and non-contextual teaching approaches. This quasi-experimental study applied a quantitative approach and involved 75 fifth-grade students at SDI Sikumana 3 in Kupang City, who were divided into experimental and control groups. The experimental group received PBL instruction supported by concrete media in the form of mini solar panels, while the control group experienced conventional teaching without visual aids. Data were collected using multiple-choice tests, student engagement observation sheets, and closed-ended learning perception questionnaires. The analysis revealed a significant improvement in the experimental group's posttest scores and N-Gain values, with 34.7% of students showing high-level improvement and 45.3% in the moderate category. These findings suggest that PBL integrated with tangible media is effective in helping students grasp abstract concepts, encouraging active participation, and promoting scientific thinking from an early age.

Keywords: Problem-Based Learning, concrete media, renewable energy, science learning, elementary students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas model pembelajaran Problem-Based Learning (PBL) yang dipadukan dengan pemanfaatan alat bantu konkret dalam memperkuat pemahaman siswa terhadap konsep-konsep IPA, khususnya materi transformasi energi. Permasalahan utama yang melatarbelakangi studi ini adalah rendahnya penguasaan siswa terhadap konsep ilmiah akibat pendekatan tradisional yang bersifat ceramah dan tidak kontekstual. Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian terdiri dari 75 siswa kelas V di SDI Sikumana 3 Kota Kupang yang dibagi

menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen menerima pembelajaran berbasis masalah (PBL) dengan media konkret berupa panel surya mini, sedangkan kelompok kontrol mendapatkan pembelajaran konvensional tanpa media bantu visual. Instrumen pengumpulan data meliputi tes pilihan ganda, lembar observasi keterlibatan siswa, dan angket persepsi belajar. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada kelompok eksperimen dalam nilai posttest dan skor N-Gain, dengan 34,7% siswa menunjukkan peningkatan tinggi dan 45,3% kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa PBL berbasis media nyata efektif dalam membantu siswa memahami konsep abstrak, meningkatkan keterlibatan aktif, serta mendorong pemikiran ilmiah sejak dini.

Kata Kunci: Problem-Based Learning, media konkret, energi terbarukan, pembelajaran IPA, siswa sekolah dasar

A. Pendahuluan

Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) merupakan salah satu mata pelajaran esensial dalam pendidikan dasar karena berperan penting dalam membentuk pola pikir logis, keterampilan ilmiah, serta pemahaman terhadap fenomena alam. Namun, hasil Asesmen Nasional Berbasis Komputer (ANBK) tahun 2023 menunjukkan bahwa hanya sekitar 38,2% siswa sekolah dasar di Indonesia yang berada pada kategori “memadai” dalam hal penalaran ilmiah. Hal ini mengindikasikan lemahnya penguasaan peserta didik terhadap konsep-konsep abstrak seperti perubahan bentuk energi dan proses ilmiah lainnya.

Di SDI Sikumana 3 Kota Kupang, kondisi serupa juga ditemukan.

Observasi awal menunjukkan bahwa siswa kelas V mengalami kesulitan dalam menjelaskan transformasi energi dalam kehidupan sehari-hari, seperti bagaimana energi cahaya matahari dapat diubah menjadi energi listrik. Salah satu faktor utama penyebabnya adalah pendekatan pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan minim melibatkan pengalaman belajar kontekstual.

Model *Problem-Based Learning* (PBL) menjadi salah satu pendekatan yang diyakini mampu menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik. PBL menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam menyelesaikan masalah nyata melalui proses eksplorasi, diskusi, dan pemecahan masalah secara kolaboratif. Saat dipadukan dengan media konkret seperti panel surya mini,

pembelajaran menjadi lebih bermakna karena siswa dapat menghubungkan konsep ilmiah dengan fenomena nyata.

Beberapa penelitian mendukung efektivitas PBL dalam meningkatkan pemahaman siswa. Ramadhan (2021) menunjukkan bahwa pengalaman langsung memperkuat retensi konsep sains. Selain itu, Widyastuti, Rohman, dan Santoso (2020) menekankan bahwa alat peraga konkret meningkatkan minat belajar dan pemahaman konsep secara signifikan. Dalam konteks lokal, Saputri, Nahak, dan Mbuik (2025) membuktikan bahwa media berbasis energi terbarukan meningkatkan partisipasi aktif dan literasi ilmiah siswa di NTT.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas model PBL yang dipadukan dengan media konkret dalam meningkatkan pemahaman konsep IPA siswa kelas V SDI Sikumana 3, khususnya pada materi transformasi energi. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana strategi ini mampu meningkatkan hasil belajar, keterlibatan aktif, serta persepsi siswa terhadap proses pembelajaran yang dialami.

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuasi-eksperimen dengan desain pretest-posttest control group. Pendekatan ini digunakan untuk membandingkan efektivitas model pembelajaran PBL dengan metode pembelajaran konvensional. Subjek penelitian adalah 75 siswa kelas V SDI Sikumana 3, yang dibagi secara proporsional ke dalam dua kelompok: 38 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 37 siswa sebagai kelompok kontrol.

Kelompok eksperimen mengikuti pembelajaran dengan pendekatan PBL yang terstruktur dalam tiga tahap utama: identifikasi masalah, eksplorasi solusi, dan presentasi hasil. Dalam proses ini, siswa menggunakan panel surya mini sebagai media konkret untuk mengeksplorasi topik transformasi energi. Sementara itu, kelompok kontrol menjalani pembelajaran dengan metode ceramah dan latihan soal tanpa menggunakan alat bantu visual.

Instrumen pengumpulan data meliputi: (1) tes pilihan ganda yang disusun berdasarkan indikator pemahaman konsep IPA tema energi, (2) lembar observasi keterlibatan siswa selama proses pembelajaran,

dan (3) angket tertutup untuk menilai persepsi siswa terhadap pengalaman belajar. Validitas isi instrumen diuji oleh tiga ahli pendidikan IPA, dan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha dengan hasil 0,712, yang menunjukkan konsistensi internal yang memadai.

Data dianalisis dengan uji normalitas (Shapiro-Wilk), uji homogenitas (Levene's Test), dan uji perbedaan rata-rata menggunakan independent sample t-test. Selain itu, skor N-Gain dihitung untuk menilai tingkat peningkatan hasil belajar siswa dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah, mengacu pada klasifikasi Hake (1999).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan nilai setelah perlakuan, tetapi peningkatan lebih signifikan terjadi pada kelompok eksperimen. Rata-rata skor posttest kelompok eksperimen adalah 86,4, sedangkan kelompok kontrol mencapai 79,2. Selanjutnya, analisis N-Gain menunjukkan bahwa 34,7% siswa dalam kelompok eksperimen mengalami peningkatan tinggi ($g >$

0,7), 45,3% siswa menunjukkan peningkatan sedang ($0,3 < g \leq 0,7$), dan 20% siswa mengalami peningkatan rendah ($g \leq 0,3$).

Untuk memberikan gambaran yang lebih terstruktur mengenai capaian hasil belajar pada masing-masing kelompok, berikut disajikan perbandingan rata-rata skor antara perbandingan skor awal dan akhir antara kelompok yang menerima perlakuan dan kelompok tanpa perlakuan.

Tabel 1. Rerata Nilai Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Kelompok	Pretest (Rata-rata)	Posttest (Rata-rata)	N-Gain (%)
Eksperimen	61,3	86,4	65%
Kontrol	62,0	79,2	45%

Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan skor yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Peningkatan ini mencerminkan bahwa penerapan model Problem-Based Learning (PBL) yang diperkaya dengan media konkret seperti panel surya mini mampu memberikan kontribusi yang lebih efektif terhadap pemahaman konsep IPA siswa dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Skor N-

Gain yang lebih tinggi juga menjadi indikator bahwa siswa dalam kelompok eksperimen mengalami pertumbuhan belajar yang lebih signifikan.

Tabel 2. Distribusi Kategori N-Gain pada Kelompok Eksperimen

Kategori N-Gain	Jumlah Siswa	Persentase (%)
Tinggi (> 0,7)	13	34,7%
Sedang (0,3–0,7)	17	45,3%
Rendah (< 0,3)	8	20%

Tabel 2 memperlihatkan distribusi hasil belajar berdasarkan kategori N-Gain pada kelompok eksperimen. Sebagian besar siswa berada pada kategori sedang (45,3%) dan tinggi (34,7%), menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik mengalami peningkatan pemahaman yang substansial. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan PBL yang dirancang secara kontekstual tidak hanya efektif untuk siswa berkemampuan tinggi, tetapi juga inklusif bagi siswa dengan tingkat pemahaman sedang atau rendah, karena mampu memfasilitasi belajar aktif, kolaboratif, dan berbasis pengalaman nyata.

Hasil observasi keterlibatan siswa juga mengindikasikan bahwa

siswa dalam kelompok PBL lebih aktif dalam kegiatan diskusi, eksplorasi alat, dan presentasi solusi. Angket persepsi menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasa antusias dan lebih mudah memahami materi dengan bantuan media konkret.

Secara statistik, hasil uji independent sample t-test menunjukkan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil belajar siswa pada kelompok eksperimen dan kontrol. Dengan demikian, penggunaan PBL berbasis media konkret terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional dalam pembelajaran konsep transformasi energi.

Temuan ini diperkuat oleh berbagai studi relevan dalam lima tahun terakhir. Pratama dan Lestari (2023) menunjukkan bahwa media kontekstual dalam model PBL memperkuat keterampilan proses sains siswa. Yusri dan Novita (2021) melaporkan peningkatan signifikan dalam hasil belajar IPA melalui PBL berbasis aktivitas. Penelitian oleh Nurlaili dan Harahap (2021) menegaskan bahwa proyek berbasis masalah yang memanfaatkan media lokal dapat meningkatkan literasi

lingkungan dan pemahaman ilmiah. Sementara itu, Agustin dan Hasbi (2022) menyatakan bahwa penggunaan alat peraga fisik dalam pendekatan PBL meningkatkan fokus dan daya serap siswa pada materi gaya dan energi.

Studi lain oleh Widyastuti et al. (2020) membuktikan bahwa media konkret tidak hanya meningkatkan hasil belajar tetapi juga menumbuhkan minat belajar dan rasa ingin tahu ilmiah. Penelitian Ramadhan (2021) memperlihatkan bahwa pengalaman belajar nyata dalam kerangka PBL mendorong retensi konsep yang lebih kuat. Saputri, Nahak, dan Mbuik (2025) menekankan bahwa integrasi energi terbarukan dalam PBL kontekstual berhasil meningkatkan partisipasi aktif siswa di wilayah dengan akses terbatas teknologi.

Secara teoritik, temuan ini didukung oleh teori konstruktivisme Vygotsky (1978) yang menekankan pentingnya scaffolding dan interaksi sosial dalam pembentukan makna. Kolb (1984) melalui teori experiential learning menjelaskan bahwa pembelajaran melalui pengalaman langsung menghasilkan pemahaman konseptual yang lebih mendalam.

Sementara Bandura (1986) menegaskan bahwa keterlibatan aktif dan keberhasilan dalam tugas meningkatkan self-efficacy, yang merupakan aspek kunci dalam pencapaian akademik siswa.

Dengan demikian, penerapan Problem-Based Learning yang didukung media konkret terbukti memberikan dampak positif tidak hanya pada ranah kognitif, tetapi juga pada ranah afektif dan psikomotorik siswa. Model ini efektif dalam menjembatani konsep abstrak dengan realitas konkret, serta membentuk keterampilan ilmiah dasar yang penting bagi perkembangan akademik anak di jenjang pendidikan dasar.

2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan efektivitas model PBL dalam meningkatkan pemahaman konsep IPA secara signifikan, terutama pada topik transformasi energi yang bersifat abstrak. Temuan ini tidak berdiri sendiri, melainkan memperkuat kecenderungan hasil-hasil studi terbaru dalam lima tahun terakhir yang menegaskan kontribusi positif PBL dalam pendidikan sains dasar. Pratama dan Lestari (2023) menyatakan bahwa integrasi media

kontekstual dalam pembelajaran berbasis masalah tidak hanya memperkuat keterampilan proses sains, tetapi juga menumbuhkan kemampuan berpikir analitis siswa. Studi ini memperlihatkan bahwa ketika siswa dihadapkan pada masalah nyata dan diberi kesempatan mengeksplorasi solusi melalui media konkret, pemahaman mereka terhadap konsep ilmiah menjadi lebih mendalam dan aplikatif.

Selanjutnya, Yusri dan Novita (2021) menunjukkan bahwa pendekatan tematik berbasis aktivitas yang memiliki karakteristik serupa dengan PBL berhasil meningkatkan hasil belajar IPA secara signifikan. Model ini mendorong keterlibatan aktif, kolaborasi antar siswa, serta menghubungkan materi pelajaran dengan konteks kehidupan nyata, yang merupakan prinsip utama dalam pembelajaran berbasis masalah. Oleh karena itu, penerapan PBL dalam konteks penelitian ini bukan hanya inovatif, tetapi juga selaras dengan arah perkembangan pedagogi modern yang menekankan pada pembelajaran bermakna dan berpusat pada peserta didik.

Penelitian Nurlaili dan Harahap (2021) menekankan pentingnya

proyek berbasis masalah yang dirancang dengan memanfaatkan media lokal sebagai sarana pembelajaran kontekstual yang relevan dengan lingkungan siswa. Mereka menemukan bahwa keterlibatan siswa dalam proyek tersebut tidak hanya meningkatkan literasi lingkungan, tetapi juga memperkuat keterampilan berpikir kritis dan kesadaran ekologis.

Agustin dan Hasbi (2022) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa alat peraga fisik yang digunakan secara eksploratif dalam pembelajaran IPA mendorong fokus perhatian dan memperbesar kedalaman pemahaman konsep. Ketika siswa diberi kesempatan untuk mengamati dan memanipulasi alat konkret, mereka cenderung mengalami pengalaman belajar yang lebih bermakna dan berdampak pada capaian akademik.

Widyastuti, Rohman, dan Santoso (2020) serta Ramadhan (2021) secara konsisten menyimpulkan bahwa penggunaan media konkret dalam pembelajaran berbasis pengalaman nyata tidak hanya berkontribusi pada peningkatan retensi konsep, tetapi juga meningkatkan motivasi dan minat

siswa dalam mempelajari IPA. Kedua studi ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran aktif berbasis.

Penelitian Saputri, Nahak, dan Mbuik (2025) memperkuat relevansi konteks lokal dengan menunjukkan bahwa integrasi energi terbarukan seperti panel surya mini ke dalam pembelajaran proyek memberikan dorongan signifikan terhadap partisipasi aktif dan ketertarikan siswa, khususnya di daerah yang memiliki keterbatasan akses terhadap teknologi modern. Hasil ini menegaskan bahwa inovasi sederhana yang berbasis pada ketersediaan lokal dapat menjadi katalis bagi peningkatan kualitas pembelajaran IPA secara menyeluruh

Secara teoritik, hasil ini sejalan dengan pandangan Vygotsky (1978) yang menyatakan bahwa proses belajar terjadi secara optimal ketika peserta didik mendapatkan dukungan sosial (*scaffolding*) dari guru atau teman sebaya dalam zona perkembangan proksimal (ZPD). Dalam konteks PBL, dukungan ini diwujudkan melalui diskusi kelompok, bimbingan bertahap, dan eksplorasi bersama terhadap solusi masalah,

yang secara langsung meningkatkan kapasitas berpikir siswa.

Lebih lanjut, Kolb (1984), melalui teori *experiential learning*, menekankan bahwa siklus pembelajaran melalui pengalaman konkret, refleksi aktif, abstraksi konsep, dan eksperimen aktif menjadi dasar terbentuknya pemahaman yang utuh. Ketika siswa terlibat langsung menggunakan media konkret seperti panel surya mini, mereka mengalami semua fase dalam siklus ini, sehingga konsep transformasi energi tidak lagi bersifat abstrak, melainkan dapat diamati dan dipahami secara langsung.

Bandura (1986), dengan konsep *self-efficacy*-nya, menjelaskan bahwa keberhasilan siswa dalam mengatasi tantangan melalui pengalaman nyata akan meningkatkan rasa percaya diri mereka terhadap kemampuan belajar. Dalam kerangka PBL, keterlibatan aktif siswa dalam menyelesaikan masalah serta keberhasilan mereka dalam eksperimen kecil akan memperkuat persepsi diri positif dan ketekunan akademik, yang sangat penting bagi pembentukan karakter pembelajar sepanjang hayat.

Dengan demikian, penerapan PBL yang diperkaya dengan media

konkret tidak hanya terbukti meningkatkan capaian kognitif siswa secara signifikan, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan ilmiah dasar seperti observasi, analisis, dan pemecahan masalah. Selain itu, pendekatan ini secara efektif menumbuhkan motivasi intrinsik siswa dan mendorong partisipasi aktif dalam seluruh proses pembelajaran, baik dalam diskusi kelompok maupun eksplorasi mandiri.

Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada integrasi model PBL dengan media konkret berbasis energi terbarukan panel surya mini yang belum banyak dieksplorasi dalam konteks pembelajaran IPA di sekolah dasar, khususnya di wilayah dengan keterbatasan sumber daya seperti NTT. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa inovasi sederhana yang dirancang secara kontekstual mampu mengatasi kesenjangan antara konsep abstrak dalam kurikulum dan pengalaman belajar nyata yang dialami siswa.

Model ini sangat relevan untuk diterapkan di jenjang sekolah dasar karena tidak hanya menjembatani konsep ilmiah abstrak dengan fenomena nyata yang dapat diamati,

tetapi juga memperkuat literasi energi dan kesadaran ekologis sejak dini. Oleh karena itu, pendekatan ini layak dikembangkan lebih lanjut sebagai bagian dari strategi pendidikan sains yang berkelanjutan dan transformatif di tingkat dasar.

E. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan Problem-Based Learning (PBL) yang diperkaya dengan media konkret berupa panel surya mini secara signifikan meningkatkan pemahaman konsep IPA siswa kelas V, khususnya dalam topik transformasi energi. PBL terbukti efektif dalam membangun keterlibatan aktif siswa, mendorong pemikiran ilmiah, serta memperkuat motivasi belajar dan kemampuan memecahkan masalah secara kolaboratif.

Temuan ini memberikan kontribusi penting dalam bidang pendidikan dasar, khususnya dalam pengembangan strategi pembelajaran sains yang kontekstual, aplikatif, dan relevan dengan tantangan abad ke-21. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada integrasi pendekatan berbasis masalah dengan media energi terbarukan yang dapat dijangkau oleh sekolah-sekolah dengan keterbatasan sumber daya,

seperti di wilayah Nusa Tenggara Timur.

Implikasi strategis dari penelitian ini mencakup beberapa hal. Pertama, guru perlu mendapatkan pelatihan berkelanjutan mengenai penerapan PBL dan pemanfaatan media konkret yang berbasis pada potensi lokal. Kedua, sekolah dan dinas pendidikan dapat menjadikan pendekatan ini sebagai model inovasi pembelajaran yang dapat direplikasi dalam konteks mata pelajaran lain. Ketiga, kebijakan pendidikan daerah sebaiknya mendorong kolaborasi antara sekolah, komunitas lokal, dan pihak swasta dalam penyediaan alat bantu pembelajaran berbasis energi terbarukan sebagai bagian dari pendidikan lingkungan hidup.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa inovasi pedagogis yang sederhana namun kontekstual seperti PBL berbasis media konkret mampu membawa transformasi pembelajaran yang bermakna bagi siswa sekolah dasar di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Pustaka ditulis mengacu kepada standar APA 6th dengan panduan sebagai berikut :

Buku :

- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. Longman.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Revisi ke-17)*. Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 (Edisi ke-9)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Ormrod, J. E. (2021). *Essentials of educational psychology: Big ideas to guide effective teaching (6th ed.)*. Pearson.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Trianto. (2021). *Pembelajaran konstruktivistik: Konsep, strategi, dan penerapannya dalam Kurikulum 2013*. Kencana.
- Trilling, B., & Fadel, C. (2009). *21st century skills: Learning for life in our times*. Jossey-Bass..

Jurnal :

- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. Longman.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Revisi ke-17)*. Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 (Edisi ke-9)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Ormrod, J. E. (2021). *Essentials of educational psychology: Big ideas to guide effective teaching (6th ed.)*. Pearson.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Trianto. (2021). *Pembelajaran konstruktivistik: Konsep, strategi, dan penerapannya dalam Kurikulum 2013*. Kencana.
- Trilling, B., & Fadel, C. (2009). *21st century skills: Learning for life in our times*. Jossey-Bass.