

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Analisis

Dalam tahap awal pencarian jurnal menggunakan database akademik seperti *Google Scholar*, *Google Garuda* dan *ScienceDirect*. Dengan waktu 5 tahun terakhir (2016-2021) dan di dapatkan pencarian sebanyak 3000 jurnal dengan menggunakan kata kunci "Pengetahuan Diabetes", "pengaruh penkes terhadap penurunan Kadar Gula", "Diabetes Melitus Tipe 2", "knowladge diabets", "influence diabets" Dari sekian banyak jurnal lalu setelah itu direview menjadi 14 jurnal yang cocok, setelah dilakukan proses penyaringan dengan memangkas jurnal yang paling relevan sesuai dengan jurnal yang dibutuhkan yaitu sebanyak 10 jurnal yang terdiri dari 7 jurnal Nasional dengan menggunakan bahasa Indonesia dan 3 jurnal Internasional dengan menggunakan bahasa Inggris. Setelah itu jurnal yang di dapat melalui Google Scholar sebanyak 5 jurnal yang berbahasa Indonesia dan 2 jurnal yang berbahasa Inggris, google garuda 2 jurnal berbahasa Indonesia, dan Science Direct 1 jurnal berbahasa Inggris.

Dalam pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini terdapat 10 jurnal yang paling relevan dan sudah memenuhi kriteria inklusi. jurnal yang sesuai dengan penelitian ada 10 jurnal, masing-masing memiliki pembahasan terkait Pengaruh Pengetahuan (Penkes) tentang

diabetes militus 2 terhadap penurunan kadar glukosa darah. Berikut adalah hasil dan analisis dari jurnal yang diperoleh akan disajikan pada bentuk tabel :

Tabel 4.1 Hasil dan Analisis

No	Penulis/ tahun	Judul	Objektif	Sampel	Desain	Kata Kunci	Hasil penelitian
1.	Dian sukma arimbil, lita, rani lisa indra (2020)	PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP MOTIVASI MENGONTROL KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM TIPE II	Mengetahui pengaruh pada pendidikan kesehatan terhadap ambisi untuk mengontrol kadar gula darah pasien diabetes mellitus 2.	35 responden	Penelitian pre eksperimen design dengan rancangan penelitian	Diabetes Melitus, Motivasi, Pendidikan Kesehatan.	Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa penkes efektif dalam meningkatkan motivasi pada pasien untuk mengontrol kadar gula darah, apabila jika pada motivasi ini penurunan kadar gula darah pasien baik maka tubuh pasien akan terkontrol baik dalam penurunan kadar gula darah
2.	Harliana (2018)	Efektivitas Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes	meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama pengetahuan factor	40 Responden	Metode sebar luas informasi dalam penyuluhan baik pada	Efektivitas penyuluhan, Pengetahuan, Gula darah	Dari hasil tersebut di tujukan bahwa penyuluhan sangat efektif guna peningkatan pengetahuan untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes, dari pengetahuan yang baik bisa merubah perilaku hidup pada pasien untuk mencegah komplikasi.

		Melitus di Kecamatan Tompotikka	risiko dan risiko komplikasi DM.				
3.	I Dewa Ayu Rismayanti, I Made Sundayana , Putu Agus Ariana, Mochamad Heri (2021)	EDUKASI DIABETES TERHADAP PENURUNAN GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2	mengetahui pengaruh edukasi diabetes terhadap kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2	52 Responden	Desain dari penelitian ini adalah pra-eksperimental dengan rancangan one group pre-posttest design yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek	Diabetes Mellitus Tipe 2, Edukasi, Glukosa Darah, Manajemen Diri	Dari hasil menunjukkan pengaruh pemberian edukasi diabetes terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2, pemberian edukasi ini dapat mempengaruhi manajemen diri pasien DM tipe 2, salah satunya dengan monitoring gula darah. Keberhasilan pemberian edukasi dapat dipengaruhi oleh beberapa factor, seperti pendidikan atau pemberi edukasi
4.	Pebby Lia Agustina, Siti Khoiroh Muflihatin (2019)	Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Terkendalnya Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II Di RSUD AWS	untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan terkendalnya kadar gula darah pasien DM tipe II	90 orang	Desain deskriptif korelasi	Diabetes militus tipe II, tingkat pengetahuan, HbA1c	Dengan 90 responden didapatkan berpengetahuan kurang dengan kontrol HbA1c baik sejumlah 0 orang (0%), dan buruk sebanyak 15 orang (88,2%). dikarenakan gula darah yang tidak terkontrol pada penderita DM , kepatuhan dan kedisiplin pasien DM dalam aktivitas fisik dan pengobatan . Untuk mendapatkan kepatuhan dan kedisiplinan diperlukan pengetahuan yang baik. Sedangkan pengetahuan responden sangat kurang. Sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan sangat berhubungan dengan terkendalnya penurunan kadar gula darah.

5.	Yusmar Christianto Zai , Juwita Imelda Telaumbanua , Monica Clara Siregar , Kharisman Bohalima , Karmila Br Kaban (2019)	PENGARUH PROGRAM DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PASIEN DM TIPE 2 DI RSU ROYAL PRIMA MEDAN TAHUN 2019	Untuk meneliti pengaruh program Diabetes Self Managemen t Education terhadap penurunan kadar gula darah pasien DM Tipe 2 di RSU Royal Prima Medan Tahun 2019.	141 orang	penelitian Quasy Experimental dengan menggunakan rancangan Non Equivalent Control Group	Diabetes self management education ; Kadar gula darah	Diabetes Self Management Education (DSME) merupakan salah satu cara untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan dan kemampuan perawatan diri mandiri yang dibutuhkan oleh pasien DM tipe 2 Untuk mencegah timbulnya komplikasi pada pasien diabetes melitus dan pengontrolan kadar gula darah secara teratur. Untuk mengubah pola perubahan gaya hidup pasien DM dengan tepat dan sehat.
6.	Suci Amalia Firdaus, Asti Nuraeni, Mamat Supriyono (2016)	EFEKTIVITAS EDUKASI DAN LATIHAN JASMANI TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH PUSKESMAS KROBOKAN SEMARANG	mengetahui efektivitas edukasi dan latihan jasmani terhadap penurunan kadar gula darah lansia di wilayah Puskesmas Krobokan Semarang	18 orang	Penelitian ini menggunakan penelitian Quasi Eksperimental dengan desain penelitian one group pre-post test design	Lansia, kadar gula darah, edukasi, latihan jasmani	Dari hasil diperoleh kesimpulan edukasi dan latihan jasmani sangat efektif dalam menurunkan kadar gula darah pada lansia.

7.	Ahmad J (2019)	Gambaran tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus 2 tentang manajemen diabetes melitus	Guna mengetahui tingkat pengetahuan pasien untuk manajemen penyakitnya	80 orang	Dengan metode deskriptif analitik	Pengetahuan diabetes melitus tipe 2	Dari hasil pasien yang di dapatkan memiliki pengetahuan baik dan kurang terhadap manajamen penyakit dm. Pengetahuan terkait manajemen dm merupakan hal yang penting untuk di hindari agar tidak terjadi komplikasi karena dengan pengetahuan baik maka penurunan diabetes juga meningkat.
8.	Pamela Lyndasari, Sri Ratna Rahayu, Ari Yuniastuti (2018)	An Analysis of Knowledge. Attitude. Family Support. and Compliances of Taking Drugs Towards Diabetes Mellitus Type II in Sleman. Special Region of Yogyakarta	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengetahuan, sikap, dukungan dan kepatuhan minum obat terhadap penurunan kadar glukosa darah	119 orang	menggunakan cross pendekatan bagian	Blood Glucose Level. DM Type II. Knowledge	berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Pengetahuan pasien DM secara langsung mempengaruhi kadar glukosa darah Sikap penderita DM secara langsung mempengaruhi glukosa darah blood level, Dukungan keluarga terhadap pasien DM secara langsung mempengaruhi kadar glukosa darah, Kepatuhan minum obat DM secara langsung mempengaruhi penurunan glukosa darah

9.	Ni Nyoman Wahyu Lestarina (2016)	KNOWLEDGE, ATTITUDE AND COMPLIANCE WITH BLOOD SUGAR RATE PATIENT WITH DIABETES MELITUS	mengetahui hubungan antara kepatuhan, sikap dan pengetahuan penderita DM dengan kadar gula darah	100 responden	Penelitian ini menggunakan desain cross sectional study	Knowledge, Attitude, Compliance, Blood sugar	Dari hasil penelitian didapatkan kepatuhan, sikap dan pengetahuan berpengaruh signifikan secara bersama-sama terhadap gula darah yang berarti pengetahuan tidak berpengaruh signifikan terhadap kadar gula darah. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan pendampingan kepada pasien dan keluarga dalam peningkatan kepatuhan dalam tatalaksana. Peran serta petugas puskesmas dalam pendampingan pasien dan keluarga sangat penting dalam pengontrolan kadar gula darah.
10.	Sasmiyanto (2019)	The Relationship of Health Behavior with the Area of Sugar Content and Quality of Life of Diabetes Patients	mencari hubungan antara perilaku kesehatan dengan kadar gula darah dan kualitas hidup penderita diabetes type 2	100 orang	Penelitian ini adalah penelitian korelasi yang dilakukan dengan pendetaran cross sectional.	Glucose Health Behavior Quality of Life Type 2 Diabetes Mellitus	Hasil analisis menunjukkan perilaku kesehatan signifikan terhadap kadar gula darah dan kualitas hidup diabetisi. Perilaku kesehatan seperti dengan melakukan olahraga teratur pengobatan memungkinkan klien mampu mengontrol kadar gula darahnya. Disarankan tenaga kesehatan mampu memperhatikan aspek kesehatan diabetisi yang terbukti mampu berkontribusi terhadap pengendalian kadar gula darah dan kualitas hidup pasien.

B. Pembahasan

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Dian Sukma Arimbi, Lita, Rani Lisa Indra (2020) (Arimbi et al, 2020) dengan jumlah responden 35 orang, Hasil penelitian ini menunjukkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan menunjukkan motivasi responden lebih meningkat dari pada sebelum mendapat pendidikan kesehatan lebih dulu, maka dapat di ambil kesimpulan bahwasannya pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan pasien dalam mengontrol serta menurunkan kadar gula darah. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Prabawati (2017) tentang pengaruh pendidikan kesehatan karena hal tersebut membuat pengetahuan pasien semakin bertambah untuk menurunkan kadar gula darah pasien dengan cara mengubah pola hidup yang buruk menjadi sehat. Menurut teori Nursalam (2012) Kebutuhan fisiologis bagi pasien diabetes yang dapat mengoptimalkan penurunan diabetes agar terhindar dari komplikasi. Menurut asumsi peneliti bahwasannya Motivasi pasien masih rendah terhadap pendidikan kesehatan tentang cara mengontrol kadar gula darah sehingga pasien masih belum mengetahui informasi tentang manfaat mengontrol kadar gula darah serta cara menurunkan kadar gula darah secara optimal.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Herliana (2018) (Astutiningsih,2018) dengan responden 40 orang, yang dimana pengetahuan penyebab DM lebih banyak dipengaruhi factor keturunan

30 orang (75 %) dan pola hidup 10 orang (25%). Dari hasil pre-test di dapat bahwa pengetahuan masyarakat masih sangat rendah tentang diabetes. Diskusi dan metode penyuluhan bersama kelompok masyarakat khususnya penderita DM yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang diabetes. Pendidikan kesehatan tentang pengetahuan terjadi penurunan yang signifikan akibat dari pola hidup sehat yang dijalani dengan cara menghindari factor resiko terjadinya peningkatan kadar gula darah. Menurut asumsi peneliti bahwasannya factor pemicu diabetes salah satunya karena pola hidup, sehingga perlu kesadaran masyarakat dalam menjaga pola hidup yang sehat, jika pasien sudah terkena diabetes juga tetap menjaga pola hidup yang sehat dengan olahraga dan minum obat diabetes secara teratur yang sesuai aturan dokter dan makan yang sehat.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal I Dewa Ayu Rismayanti, I Made Sundayana, Putu Agus Ariana , Mochamad Heri (2021) (1,2,3,4, 2021) dengan 52 responden. Salah satu penanganan DM adalah pendidikan kesehatan untuk memberikan pengetahuan kepada pasien DM tipe 2 cara penurunan kadar gula darah, adanya kesungguhan pasien dalam mengikuti, mendengarkan penjelasan materi DSME sehingga terjadi penurunan kadar gula darah pada pasien. Dengan keberhasilan pendidikan kesehatan untuk pengetahuan pasien diabetes sangat berpengaruh untuk penurunan kadar gula darah

pasien serta pasien dapat mengetahui cara mengontrol pola hidup yang sehat agar tidak ada peningkatan pada kadar gula darah. Menurut Pranata et al, (2020) Memberikan edukasi pada pasien dan keluarganya mempengaruhi pengetahuan selfcare DM. Menurut asumsi bahwasannya edukasi diabetes pada pedoman DSME terbukti memberi pengaruh pada meningkatnya manajemen diri pasien DM tipe 2 tentang menurunkan kadar gula serta monitoring kadar gula darah.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Pebby Lia Agustina, Siti Khoiroh Muflihatin (2019) (Agustina & Muflihatin, 2020). Dengan responden 90 orang menunjukkan yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 46 (51,1%) responden, cukup 27 (30,0%), responden kurang 17 (18,9%) responden. Pengetahuan bukan berdasarkan pendidikan melainkan juga melalui pengalaman, informasi yang didapat tentang tingkat pengetahuan dengan tidak terkontrolnya kadar gula darah pasien DM tipe 2. Hasil Penelitian (Perdana, Burhannudin & Rosyidah, 2013) *yaitu hubungan tingkat pengetahuan tentang penyakit diabetes militus terhadap pengendalian kadar gula darah. Asumsi peneliti bahwasannya tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi sikap dan gaya hidup, sehingga seseorang yang mempunyai tingkat pengetahuan baik maka seseorang tersebut dapat mengontrol gula darah dengan baik pula dengan cara melkauan*

pengelolaan diabetes secara teratur agar tidak terjadi kenaikan kadar gula dan tidak terjadi komplikasi.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Yusmar Christianto Zai, Juwita Imelda Telaumbanua, Monica Clara Siregar, Kharisman Bohalima, Kamila Br Kaban (2019) (Zai, 2019) dengan responden 141 orang, Diabetes Self Management Education (DSME) merupakan bentuk proses memfasilitasi pengetahuan pasien diabetes militus tipe 2 dalam menurunkan kadar gula darah (ADA,2010). Yang dimana DSME sangat berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah pasien diabetes militus tipe 2. Menurut Nuradhayani, dkk (2017) intervensi DSME mampu menahan lajunya kenaikan kadar glukosa darah pasien DM tipe 2, menunjukkan perubahan pada turunnya kadar gula darah pasien DM tipe 2. Menurut teori menyimpulkan adanya DSME menyatakan bahwa pemberian Informasi pada pasien tentang penyakit serta cara perawatannya berakibat positif pada kemampuan merawat DM secara mandiri. Menurut asumsi peneliti pemberian program DSME mempengaruhi penurunan kadar gula darah pasien DM tipe 2 yang dimana pemberian informasi mudah dimengerti hingga pasien terdorong untuk melakukan pencegahan kenaikan kadar gula darah.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal (Suci Amalia Firdaus, Asti Nuraeni, Mamat Supriyono (2016) dengan jumlah responden 18 orang, seluruh lansia berkisar umur 60-75 tahun. Pada rentang umur

tersebut beresiko tinggi terkena DM presentase 50 %. Semakin meningkat umur maka meningkat pula resiko terkena gangguan kadar gula darah karena produksi insulin menipis akibat dari menurunnya performa dari sel B pankreas. Sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah meningkat. Terjadi peningkatan pada pengetahuan lansia setelah di berikan penkes tentang penurunan kadar gula darah. Tujuan dari edukasi diabetes adalah meningkatkan kesadaran dalam tindakan diabetes yang benar sehingga dapat menurunkan kadar gula darah. Menurut (Rickheim et al, 2020, dalam Mustikaningtias, 2013) Peningkatan pengetahuan dan perbaikan pola hidup sehat dapat mengontrol kadar gula darah. Latihan jasmani yaitu senam diabetes yang dimana otot-otot tubuh berkontraksi menyebabkan sensitivitas reseptor insulin meningkat akan memperbaiki kendali glukosa sehingga terjadinya penurunan kadar gula darah. Menurut asumsi peneliti menyimpulkan bahwasannya edukasi dan latihan jasmani sangatlah efektif dalam menurunkan kadar gula darah pada lansia, karena latihan fisik melibatkan otot-otot utama yang akan menyebabkan permeabilitas meningkat sehingga saat latihan reseptor insulin menjadi lebih banyak.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal (Ahmad J (2019) (1334-5110-1-SP, n.d.) dengan responden 80 orang. Tingkat pengetahuan manajemen diabetes militus baik sebanyak 56,2% dan kurang 43,8%. Hasil penelitian menunjukkan kebanyakan penderita diabetes militus

tipe 2 berusia diatas 55 tahun. Hasil survei International Diabetes Federation (IDF) tahun 2015 didapatkan sekitar 415 juta orang dewasa menderita diabetes, karena meningkatnya hormon dehidroepiandrosteron dan hormon testostosterone serta menurunnya hormon estrogen. Meningkatnya hormon testostosterone menyebabkan meningkatnya resistensi terhadap insulin dan meningkatnya kadar gula dalam darah. Teori (Hunt, 2003) Pengetahuan berpengaruh penting bagi seseorang yang terdiagnosa mengalami diabetes militus. Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil yang telah didapatkan bahwa pasien diabetes militus tipe 2 berpengetahuan baik terhadap penyakitnya kemungkinan dapat dipengaruhi oleh berbagai factor yaitu sudah lama terkena diabetes militus, maka pengetahuannya pun bertambah yang telah diperoleh melalui petugas kesehatan serta sumber informasi lain yaitu media televisi dan media lainnya.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Pamela Lyndasari, Sri Ratna Rahayu, Ari Yuniastuti (2018)(Lyndasari et al., 2018), Dari 119 responden hasil penelitian mengatakan tidak ada responden yang berpengetahuan rendah. Responden berpengetahuan baik yaitu 100 responden (84%), latar belakang pendidikan sebagian besar adalah lulusan SMA (53,8%) dan mereka yang lulus dari pendidikan tinggi (19,6%) dan hasil sangat jelas bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi cara pikiran pasien untuk menurunkan kadar gula darah, dan pengetahuan terbukti memiliki hubungan langsung tentang

penyakit DM dan pengendalian kadar glukosa darah. Pengetahuan melalui penkes adalah upaya pencegahan kesehatan yang paling tepat untuk mengubah perilaku masyarakat untuk mempertahankan pengetahuan kesehatan dan mencegah penyakit. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa pengetahuan responden termasuk dalam kategori baik. Sejalan dengan penelitian Phitri & Widiyaningsih (2013) Terdapat hubungan antara sikap dan kepatuhan penderita diabetes militus. Hal lain juga diperkuat dengan teori Kristiyaningsih (2011) bahwa keluarga adalah factor yang mempengaruhi kesehatan seseorang. Koping yang baik diperoleh dari pengaruh dukungan keluarga yang secara simultan memberikan dukungan. Menurut asumsi peneliti bahwa penurunan kadar gula darah tersebut dapat terkontrol karena adanya pengetahuan, sikap dan kepatuhan tentang diabetes serta cara penurunan agar tidak terjadi komplikasi yang berlebih, selain itu hubungan dengan keluarga dapat pula menurunkan kadar glukosa darah karena hubungan serta perhatian keluarga sehingga memberikan motivasi tersendiri agar menurunnya kadar glukosa darah.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Ni Nyoman Wahyu Lestarina (2016)(Lestarina,2017), dari 100 responden. Terdapat usia penderita diabetes militus terbanyak terjadi pada usia 56-65 tahun yaitu 45%, seiring bertambahnya usia maka resiko terkena DM meningkat. Hal tersebut disebabkan oleh resistensi insulin, resistensi insulin pada

lansia diakibatkan factor yaitu massa otot sedikit dan jaringan lemak lebih banyak, menurunnya aktivitas fisik sehingga mengakibatkan respeter insulin yang mengikat insulin menurun jumlahnya, perubahan pola makan lebih banyak makan untuk menghindari komplikasi DM jangka panjang diperlukan pengetahuan agar dapat. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan mempengaruhi kadar gula darah.. Menurut Sunaryo (2013) sikap tidak dibawa sejak lahir melainkan diperoleh dari pengalaman hidup. Sikap dibentuk melalui factor eksternal dan internal, sikap merupakan factor pembentuk perilaku, hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang didapat bahwasannya sikap dan pengetahuan mempengaruhi kadar gula darah. Penelitian lain berpendapat bahwa sikap, pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan. Menurut asumsi peneliti meningkatnya kualitas hidup penderita DM diperoleh dari keberhasilan, kepatuhan serta pelaksanaan pengobatan diabetets militus yang baik contohnya olahraga. Perilaku kepatuhan pasien diabetes militus merupakan salah satu upaya pengendalian kadar gula darah atau komplikasi yang akan ditimbulkan selanjutnya.

Hasil dan analisis penelitian dan jurnal Sasmiyanto (2019)(Perilaku et al., 2019) Dari 100 responden, berdasarkan data yang diperoleh mayoritas responden berusia 50-60 tahun, berjenis kelamin perempuan, lulusan SMA, bekerja, menikah dan memiliki asuransi kesehatan(BPJS). Usia responden berusia 50-60 tahun, Usia tersebut

kondisi tubuhnya salah satu organnya yaitu pankreas mengalami namanya resistensi insulin akibat dari penurunan fungsi organ, yang dimana hal tersebut mengakibatkan kadar gula darah meningkat. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Yosmar et al (2018) yang mengatakan bahwa semakin tua umur maka makin beresiko besar mengalami diabetets militus, Hubungan antara perilaku kesehatan dengan kadar gula darah saling berkaitan. Perilaku sehat yaitu pengaturan kebiasaan makan, aktifitas, pengobatan serta sikap mental positif terhadap tindakan menstabilkan kadar gula dalam darah. Menurut asumsi peneliti didapatkan responden memiliki pemikiran yang baik yaitu pendidikan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan melalui kegiatan prolanis yang dapat meningkatkan pengetahuan responden tentang manajemen diabetes yang berguja untuk menurunkan kadar gula pasien.