

Peningkatan Akurasi Umpan Melalui Permainan Target pada Sepak Takraw

Faiz Faozi[✉], Irpan Abdurrahman¹, Pras Nanda Pamungkas¹, M Syamsul Bahri¹

¹STKIP Bina Mutiara Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author*

Email: faizfaozi@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Permainan Target; Akurasi
Mengumpan; Sepak Takraw;
Ekstrakurikuler

Keywords:

Target Game Model; Passing
Accuracy; Sepak Takraw;
Extracurricular Sports; Physical
Education

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh model permainan target terhadap akurasi mengumpan pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SMA Negeri 1 Parungkuda. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest* ($n = 8$). Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan mengumpan. Analisis data meliputi uji asumsi dan uji t berpasangan. Hasil menunjukkan peningkatan yang bermakna pada akurasi mengumpan setelah intervensi: rerata skor meningkat dari 26,75 menjadi 32,62 (kenaikan 5,88 poin $\approx 22,0\%$), dengan $t(7) = 7,668$; $p < 0,001$; ukuran efek besar ($d = 2,71$). Temuan ini mengindikasikan bahwa permainan target yang dirancang representatif terhadap tuntutan pertandingan efektif untuk meningkatkan presisi umpan pada konteks sekolah menengah.

Abstract

This study examined the effect of a target-game training model on passing accuracy among extracurricular sepak takraw participants at SMA Negeri 1 Parungkuda. An experimental one-group pretest-posttest design was employed ($n = 8$). Passing skill was assessed with a standardized test, and data were analyzed using paired-samples t -tests after assumption checks. Results revealed a significant improvement in passing accuracy following the intervention: mean scores increased from 26.75 to 32.62 (a gain of 5.88 points $\approx 22.0\%$), $t(7) = 7.668$; $p < .001$; with a large effect size ($d = 2.71$). These findings indicate that a well-designed, representative target-game approach is effective for enhancing passing precision in a secondary-school context.

© 2025 Author

[✉] Alamat korespondensi:

STKIP Bina Mutiara Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia

PENDAHULUAN

Akurasi mengumpan adalah inti permainan dalam olahraga net. Umpan yang tepat sasaran menjaga tempo serangan, membuka ruang skor, dan menekan kesalahan yang merugikan. Dalam beberapa tahun terakhir, pendekatan pembelajaran berbasis permainan termasuk permainan target menjadi sorotan karena melatih presisi melalui skenario

latihan yang mirip pertandingan. Di bola voli sekolah, misalnya, pelatihan berbasis net games dilaporkan lebih efektif daripada target games untuk meningkatkan akurasi *overhead pass* (Aini et al., 2021). Sebaliknya, pada olahraga presisi seperti petanque, program latihan akurasi yang sangat terarah memberi kenaikan performa yang jelas (Tyas et al., 2022). Perbedaan ini menunjukkan satu hal penting: permainan

target bisa efektif, tetapi desain tugasnya harus sesuai konteks cabang olahraga.

Dua kerangka teori membantu menjelaskan “kapan dan bagaimana” permainan target bekerja. *Constraints-Led Approach* (CLA) memandang belajar gerak sebagai hasil interaksi tiga jenis kendala: tugas (aturan, ukuran target, jarak), lingkungan (permukaan lapangan, cahaya), dan pemain (kemampuan fisik, pengalaman, emosi). Keterampilan muncul melalui self-organization ketika pelatih/guru memanipulasi kendala agar peserta menemukan solusi gerak yang efektif; inilah inti nonlinear pedagogy belajar tidak linier dan memberi ruang eksplorasi (Pereira, 2018). *Representative Learning Design* (RLD) menekankan agar latihan mewakili tuntutan pertandingan nyata secara perseptual, motorik, dan juga afektif sehingga keterampilan yang dilatih “terpakai” di lapangan (Ross, 2015). Praktiknya, pelatih dapat mendesain tugas representatif lewat ukuran/posisi target, variasi sudut dan tempo umpan, aturan skor dan *feedback*, serta melibatkan atlet dalam co-design latihan untuk menjaga makna tugas (Fernández-echeverría et al., 2023).

Wawasan dari riset permainan dan rancangan tugas memperkuat pijakan tersebut. Desain latihan yang menambah peluang tindakan (*opportunities for action*) terbukti meningkatkan keterwakilan latihan dan kualitas keputusan/eksekusi (Travassos et al., 2012). Transfer keterampilan juga mungkin terjadi antar-olahraga yang serumpun: latihan passing di futsal dapat berpindah ke konteks sepak bola ketika kendala tugasnya disejajarkan (Oppici. et al., 2019). Di sisi konsep “penargetan”, studi tentang antarmuka dan bahasa niat pemain menunjukkan bahwa perilaku presisi dapat “diprogram” melalui parameter tugas yang eksplisit (misalnya jarak, ukuran target, tempo rangsang) dan aturan *feedback* (Martens, 2017). Nawi et al. (2022) menunjukkan bahwa passing merupakan determinan teknis penting dalam performa sepak takraw pemula (Fariz et al., 2022). Selain itu, meta-studi kualitatif terbaru menunjukkan bahwa banyak pelatih dan guru olahraga sangat mendukung penerapan *Constraint-Led Approach* dalam pembelajaran motorik dan permainan berbasis permainan, karena membantu menciptakan lingkungan latihan yang lebih adaptif dan bermakna bagi atlet (Richardson et al., 2023). Tinjauan sistematis terhadap olahraga interseptif menegaskan bahwa penggunaan *constraint-led training* secara konsisten memberikan efek positif pada perkembangan keterampilan teknis dan kognitif pemain (Christie et al., 2019).

Pendekatan CLA juga telah diterapkan pada populasi atlet dengan kebutuhan khusus, menunjukkan fleksibilitas model ini dalam mengakomodasi kendala individu sekaligus memfasilitasi perkembangan keterampilan (Dehghansai et al., 2020). Secara keseluruhan, bukti ini mendukung penggunaan permainan target asalkan perancangannya menjaga representativitas (RLD) dan pengaturan kendala (CLA).

Ketika fokus dipersempit ke sepak takraw khususnya pada peserta ekstrakurikuler remaja bukti langsung mengenai efek permainan target terhadap akurasi mengumpan masih minim. Satu artikel terkait latihan/koordinasi untuk keterampilan menerima bola pertama pada sepak takraw telah ditarik (*retracted*) karena isu integritas (Yuliarto et al., 2024), sehingga tidak layak dijadikan dasar. Kekosongan ini membuka celah penelitian yang jelas: (1) belum tersedia model permainan target yang secara spesifik disesuaikan dengan karakteristik teknik sepak sila jarak pendek, sudut variatif, dan tempo cepat; (2) belum ada penelitian kuantitatif yang menguji efektivitas permainan target terhadap akurasi mengumpan pada level sekolah; dan (3) sebagian besar sekolah masih menggunakan pendekatan latihan teknik tradisional yang repetitif dan kurang representatif terhadap tuntutan pertandingan. Literatur terbaru menunjukkan bahwa latihan yang tidak menyerupai situasi permainan nyata cenderung menghasilkan transfer keterampilan yang rendah (Richardson et al., 2023). Karena itu, penelitian ini penting untuk menyediakan model latihan yang ilmiah, aplikatif, dan mudah direplikasi.

Artikel ini menawarkan kebaruan pada dua sisi. Pertama, ia menerapkan dan menguji model permainan target yang disetel khusus untuk meningkatkan akurasi mengumpan sepak takraw pada konteks ekstrakurikuler sekolah menengah. Kedua, ia menggabungkan prinsip CLA dan RLD dalam rancangan tugas memanipulasi kendala (ukuran/posisi target, tempo, aturan skor, *feedback*) sambil menjaga keserupaan situasi dengan pertandingan. Tujuan artikel ialah: (i) menjelaskan dasar konseptual permainan target yang relevan bagi akurasi mengumpan di olahraga net, (ii) menyintesis bukti terkait untuk merancang latihan yang presisi sekaligus representatif, dan (iii) melaporkan pengaruh model permainan target terhadap akurasi mengumpan pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw. Kontribusi yang diharapkan adalah panduan latihan yang terukur dan replikatif untuk

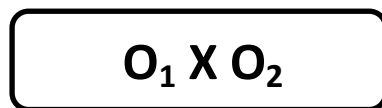
sekolah, serta pijakan ilmiah bagi penelitian lanjutan pada cabang olahraga yang selama ini kurang dieksplor.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen.

Metode dan Desain

Desain yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu one-group pretest-posttest. Adapun rancangan penelitian diperlihatkan sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian One group Pretest-posttest design (Maksum, 2012)

Partisipan

Populasi meliputi seluruh peserta ekstrakurikuler sepak takraw di sekolah tersebut (N = 22). Sampel dipilih dengan purposive sampling sebanyak 8 siswa yang memenuhi kriteria inklusi berikut.

Tabel 1. Kriteria inklusi sampel

Kriteria	Uraian
Keanggotaan	Peserta aktif ekstrakurikuler sepak takraw
Posisi	Pengumpan (feeder)
Keterampilan	Menguasai teknik sepak sila dasar
Kesehatan	Sehat dan siap mengikuti latihan
Komitmen	Bersedia mengikuti seluruh sesi dan pengukuran

Instrumen

Pengukuran menggunakan Tes Keterampilan Mengumpan (Hanafi dkk., 2020). Pengukuran dilakukan di lapangan sepak takraw menggunakan bola resmi; area sasaran diberi penanda (tali/lakban); skor dicatat dalam formulir. Setiap peserta mendapat 10 percobaan; tester melambungkan bola dan pengumpan melakukan dua sentuhan. Skor ditentukan berdasarkan zona tempat bola jatuh; jika tepat di garis dua zona, digunakan nilai yang lebih besar.

Prosedur

Rangkaian kegiatan dimulai dengan pretest untuk memperoleh data awal, dilanjutkan 10 sesi intervensi permainan target

dan diakhiri posttest dengan prosedur yang sama seperti pretest.

Analisis Data

Pengolahan menggunakan SPSS 25. Statistik deskriptif meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan simpangan baku untuk pretest dan posttest. Asumsi uji diperiksa melalui uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov) dan dilaporkan pula homogenitas varians (Levene). Jika asumsi parametrik terpenuhi, digunakan uji t berpasangan (*paired-samples t-test*); jika tidak terpenuhi, digunakan uji Wilcoxon. Taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ (dua ekor). Hasil uji dilaporkan sedikitnya berupa nilai t, df, dan p; bila relevan dapat ditambahkan ukuran efek (misalnya Cohen's *d* berpasangan) serta 95% interval kepercayaan untuk selisih rerata.

HASIL

Penelitian melibatkan 8 peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SMA Negeri 1 Parungkuda yang mengikuti *pre-test* dan *post-test* akurasi mengumpan (teknik sepak sila).

Tabel 2. Hasil Pre-test Keterampilan Mengumpan

Sampling	Skor Pre-test	Kategori
1	25	Kurang Sekali
2	28	Kurang
3	20	Kurang Sekali
4	27	Kurang
5	28	Kurang
6	29	Kurang
7	30	Sedang
8	27	Kurang

Ringkasan Pre-test: rata-rata = 26,75; SD = 3,105; min = 20; maks = 30; distribusi kategori: 2 Kurang Sekali (<27), 5 Kurang (27–29), 1 Sedang (30–32).

Tabel 3. Hasil Post-test Keterampilan Mengumpan

Sampling	Skor Post-test	Kategori
1	32	Sedang
2	33	Baik
3	30	Sedang
4	30	Sedang
5	34	Baik
6	33	Baik
7	35	Baik Sekali
8	34	Baik

Ringkasan Post-test: rata-rata = 32,62; SD = 1,847; min = 30; maks = 35; distribusi

kategori: 3 Sedang (30–32), 4 Baik (33–34), 1 Baik Sekali (>34).

Perpindahan kategori menunjukkan peningkatan kualitas yang konsisten: tidak ada lagi peserta pada kategori Kurang Sekali/Kurang setelah intervensi; seluruh peserta berada pada Sedang-Baik Sekali. Secara rata-rata terjadi kenaikan 5,88 poin atau sekitar 22,0% dibandingkan pre-test.

Tabel 4. Ringkasan Statistik Pre–Post

Statistik	Pre-test	Post-test
n	8	8
Rata-rata	26,75	32,62
Simpangan baku (SD)	3,105	1,847
Skor minimum	20	30
Skor maksimum	30	35

Catatan kategori: <27 = Kurang Sekali; 27–29 = Kurang; 30–32 = Sedang; 33–34 = Baik; >34 = Baik Sekali.

PEMBAHASAN

Hasil menunjukkan peningkatan akurasi mengumpan yang konsisten pada seluruh peserta setelah intervensi permainan target, dengan kenaikan rerata 5,88 poin ($\approx 22,0\%$), uji t berpasangan $t(7)=7,668$; $p<0,001$, 95% CI [4,06; 7,69], dan besaran efek sangat besar ($d_p=2,71$; $g_p=2,41$). Asumsi uji terpenuhi (normalitas, varians stabil), sehingga perbedaan dapat diinterpretasikan meyakinkan sebagai dampak latihan. Perpindahan kategori performa juga tegas: tidak ada lagi peserta pada kategori “Kurang Sekali/Kurang” setelah program, seluruhnya bergeser ke “Sedang-Baik Sekali”.

Secara teoretis, temuan ini selaras dengan CLA yang menekankan manipulasi kendala tugas–lingkungan–pemain untuk memicu self-organization solusi gerak (Davids, 2010). Pada program ini, pelatih bertindak sebagai perancang kendala: ukuran/posisi target, jarak dan sudut umpan, tempo permainan, serta aturan skor dan feedback diubah secara bertahap mengikuti kemampuan awal peserta. Dalam kerangka RLD, tugas yang mewakili situasi pertandingan menjaga keterkaitan aksi–persepsi sehingga keterampilan yang dilatih “terpakai” di permainan sebenarnya (Ross, 2015). Bukti empiris memperkuat mekanisme tersebut: pendekatan CLA banyak dilaporkan efektif pada olahraga interseptif (Christie et al., 2019) dan pengukuran representativitas tugas telah dikembangkan dalam konteks permainan tim.

Dibanding literatur lintas-olahraga, hasil ini menegaskan bahwa efektivitas permainan target bersifat kontekstual. Pada bola voli sekolah, net games dilaporkan lebih unggul daripada target games untuk akurasi overhead pass (Aini et al., 2021). Namun, pada olahraga presisi seperti petanque, latihan akurasi terarah memberi peningkatan nyata (Tyas et al., 2022). Perbedaan ini masuk akal dalam kerangka CLA/RLD: kecocokan desain tugas dengan karakter teknik cabang olahraga adalah kunci. Dalam studi ini, permainan target disetel meniru dinamika sepak sila mekanika sentuhan, sudut keluaran, dan tempo umpan sehingga presisi meningkat tanpa kehilangan relevansi taktis.

Arah bukti terbaru juga selaras: situasi mirip pertandingan (*match simulation*, *small-sided games/SSG*) cenderung meningkatkan keterampilan teknis lebih baik dibanding latihan generik, asalkan representativitas terjaga (Hammami et al., 2017). Pada sepak bola putri remaja, passing-skill training dengan kuliah singkat teori dan feedback terstruktur mengungguli SSG untuk akurasi side-foot (Carlsson et al., 2025), menandakan bahwa penargetan + feedback dapat sangat efektif untuk presisi. Pada pemain usia dini, program permainan berbasis keterampilan juga dilaporkan memperbaiki kemampuan teknis dalam jangka panjang (Muka, 2024). Jejak mekanistik dari ekosistem permainan juga mendukung: desain antarmuka/peraturan yang eksplisit memandu bahasa niat pemain menuju tindakan presisi (Martens, 2017), sementara co-design dengan atlet meningkatkan keterlibatan dan makna tugas (Woods et al., 2020).

Konteks sepak takraw sendiri masih kekurangan bukti empiris langsung tentang akurasi mengumpan berbasis permainan; satu studi terkait keterampilan menerima bola pertama bahkan ditarik (*retracted*) (Yuliarto et al., 2024) dan tidak layak dijadikan pijakan. Walau demikian, ada kemajuan pada pengukuran/analitik misalnya klasifikasi tendangan berbasis machine learning (Tan et al., 2022), dan pengembangan tes akurasi servis yang valid dan handal (Irawan et al., 2021). Studi ini karenanya memberi kontribusi awal yang penting: (i) menunjukkan bahwa permainan target yang representatif terhadap sepak sila efektif meningkatkan presisi umpan pada remaja sekolah; (ii) menawarkan parameter tugas yang dapat direplikasi (ukuran/posisi target, variasi sudut, jarak, aturan skor, feedback); dan (iii) menyajikan dosis latihan praktis ($\approx$ satu bulan; 3

sesi/minggu; total $\approx 10-12$ pertemuan) yang realistis untuk ekstrakurikuler.

Secara praktis, dua implikasi menonjol. Pertama, parameter tugas adalah “tombol” yang bisa diputar untuk mengelola kesulitan dan fokus presisi; pelatih dapat memulai dengan target lebih besar dan jarak lebih pendek, lalu memadatkan ukuran target, menambah variasi sudut, dan mempercepat tempo seiring kemajuan. Kedua, bentuk permainan menjaga konsentrasi dan keterlibatan peserta faktor yang berkontribusi pada pembelajaran motorik yang tahan lama seraya tetap menopang kebutuhan teknis permainan (passing yang dapat “dibaca” dan dieksekusi smasher secara optimal).

Keterbatasan perlu dicatat: desain satu kelompok pre-post tanpa kontrol, n kecil (8), latihan di outdoor dengan gangguan cuaca, serta belum diuji retensi dan transfer ke situasi pertandingan. Arah riset lanjutan yang logis ialah: menambah kelompok kontrol atau desain *crossover*; mengukur retensi (1-4 minggu pascaintervensi) dan transfer ke match play; melaporkan reliabilitas instrumen akurasi secara eksplisit; dan menguji variasi dosis serta modus feedback (*mis. knowledge of results vs knowledge of performance*). Dengan langkah ini, rancangan permainan target yang sudah efektif di studi ini dapat dipadatkan menjadi protokol latihan yang siap direplikasi lintas sekolah.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa model permainan target berpengaruh signifikan dalam meningkatkan akurasi mengumpan peserta ekstrakurikuler sepak takraw. Peningkatan rerata skor yang besar dan konsisten, disertai ukuran efek yang kuat, menunjukkan bahwa pengaturan kendala tugas (target, jarak, sudut, tempo, aturan skor/umpan balik) yang representatif terhadap situasi pertandingan merupakan strategi latihan yang efektif dan aplikatif di lingkungan sekolah. Ke depan, penelitian dengan kelompok kontrol, ukuran sampel lebih besar, serta pengukuran retensi dan transfer ke pertandingan nyata perlu dilakukan agar generalisasi temuan semakin kuat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada ketua STKIP Bina Mutiara Sukabumi yang senantiasa memberikan motivasi kepada penulis sehingga peneliti ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Aini, K., Asmawi, M., Pelana, R., & Tangkudung, J. (2021). *The Effect of Target and Netting Games on Overhead Pass Volleyball Accuracy*. 9(2), 224–230. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090209>
- Carlsson, T., Broman, J., & Isberg, J. (2025). *Passing-skill training vs small-sided games for improvement of side-foot kick accuracy among youth female soccer players*. April, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1506563>
- Christie, C. J., Clark, M. E., McEwan, K., & Christie, C. J. (2019). *The effectiveness of constraints-led training on skill development in The effectiveness of constraints-led training on skill development in interceptive sports : A systematic review*. January. <https://doi.org/10.1177/1747954118812461>
- Davids, K. (2010). The constraints-based approach to motor learning: Implications for a non-linear pedagogy in sport and physical education. *Motor Learning in Practice: A Constraints-Led Approach*.
- Dehghansai, N., Lemez, S., Wattie, N., Pinder, R. A., & Baker, J. (2020). *Understanding the Development of Elite Parasport Athletes Using a Constraint-Led Approach : Considerations for Coaches and Practitioners*. 11(September), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.502981>
- Fariz, M., Putra, P., & Guntoro, T. S. (2022). *Competitive State Anxiety Inventory – 2R (CSAI-2R): Adapting and Validating Its Indonesian Version*. 10(3), 396–403. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100305>
- Fernández-echeverría, C., Ramos, A., Mesquita, I., Perla, M., & Arroyo, M. (2023). *How Competitive Performance Data Can Inform The Training Process? An Action-Research Study Based On The Constraint-Led Approach*. 55, 337–348. <https://doi.org/10.26582/k.55.2.17>
- Hammami, A., Ksarsaid, P. E., Gabbett, T., Solutions, G. P., Slimani, M., & Bouhlel, E. (2017). *Does Small-Sided Games Training Improve Physical-Fitness and Specific Skills for Team Sports? A Systematic Review with Meta-Analysis*. October. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07420-5>
- Irawan, R., Padli, V. E., Purba, R. H., &

- Susanti, S. A. M. I. (2021). *Developing of top serve accuracy test on Sepak takraw sport game*. 16(March), 22–23. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.48>
- Maksum, A. (2012). *Metodologi penelitian dalam olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Martens, C. (2017). *Languages of Play: Toward Semantic Foundations for Game Interfaces*.
- Muka, E. (2024). The impact of developed training methodology on technical skills of volleyball players aged 11-13 years Longitudinal study. *Series on Biomechanics*. <https://doi.org/https://doi.org/10.7546/SB.02.01.2024>
- Oppici, Luca., Panchuk., Derek., Serpiello., Fabio, F., & Damian. (2019). *Futsal task constraints promote the development of soccer passing skill: evidence and implications for talent development research and practice*. 3, 259–262.
- Pereira, E. (2018). *Principles of nonlinear pedagogy in sport practice*. 24, 117–132.
- Richardson, S. J., McRobert, A. P., Vinson, D., Cronin, C. J., Lee, C., & Roberts, S. J. (2023). Systematic Review of Sport Coaches ' and Teachers ' Perceptions and Application of Game-Based and Constraints-Led Pedagogy : A Qualitative Meta- Study. *Quest*, 00(00), 1–22. <https://doi.org/10.1080/00336297.2023.2257343>
- Ross, A. (2015). *The dynamics of expertise acquisition in sport: the role of affective learning design*. 16, 83–90.
- Tan, F. Y., Hassan, M. H., & Abdullah, M. A. (2022). Classification of Sepak Takraw Kicks Using Machine Learning. *Springer Science and Business Media Deutschland GmbH*, 321–331.
- Travassos, B., Duarte, R., & Davids, K. (2012). *Practice task design in team sports: Representativeness enhanced by Practice task Design in Team Sports: Representativeness enhanced by increasing opportunities for action*. August. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.712716>
- Tyas, D., Phytanza, P., Burhaein, E., Indriawan, S., Irawan, Y. F., Sutopo, W. G., Parmadi, M., & Azizah, A. R. (2022). *Accuracy Training Program: Can Improve Shooting Results of Petanque Athletes Aged 15-20 Years ?* 10(1), 121–130. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100117>
- Woods, C. T., Rothwell, M., Collective, T. C., & Robertson, S. J. (2020). *Representative co-design : Utilising a source of experiential knowledge for athlete development and performance preparation*. September. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101804>
- Yuliarto, H., Kamaruzaman, S., Ali, S., Kauki, M. K., & Wahyudin, K. (2024). *The Effect of Training Method and Coordination on First Ball Receiving Skills in Sepaktakraw El efecto del método de entrenamiento y la coordinación en las habilidades de recepción del primer balón en Sepaktakraw*. 2041, 596–602.