

PEMBERDAYAAN IBU TUNGGAL MELALUI PELATIHAN PSIKOLOGIS DAN PELATIHAN PENGEMBANGAN PRODUK KERJASAMA DENGAN YAYASAN RUMPUN NURANI PROGRAM KOMUNITAS IBU PILIHAN

**Rr. Indahria Sulistyarini 1, Noor Fitri 2, Yuni Windarti 3,
Karina Oclaudya⁴, Ratu Fitria⁵**

1 Department of Psychology, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

2 Department of Chemistry, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia^[1]

3 Department of Communication, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

**Corresponding Email: Indah.ria@fpsb.uui.ac.id*

ABSTRAK

Pengabdian ini fokus kepada pemberdayaan ibu tunggal melalui berbagai aktifitas berupa edukasi dan pelatihan yang dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan. Adapun tujuan dari program pemberdayaan masyarakat ini adalah untuk memperkuat ketahanan keluarga dan meningkatkan taraf kehidupan ibu tunggal. Program pemberdayaan yang dilakukan meliputi (1) Edukasi psikologis mengenai *parenting*; (2) Pelatihan keterampilan pembuatan sabun cuci piring berbasis minyak atsiri; (3) Pelatihan keterampilan membuat selai buah (*fruit preservation*). Peserta adalah ibu tunggal maupun ibu rumah tangga yang menjadi tulang punggung keluarga. Mitra kegiatan ini adalah Yayasan Rumpun Nurani, yaitu sebuah lembaga nirlaba yang berfokus pada pengembangan, penguatan Sumber Daya Manusia melalui bidang pendidikan, sosial, dakwah dan ekonomi. Sinergi Pengabdian UUI dan mitra Yayasan Rumpun Nurani diharapkan berdampak terhadap ketahanan keluarga khususnya pada *incomplete family* dimana peran dan fungsi keluarga dipegang oleh hanya satu orang tua saja. Program ini dapat direkomendasikan menjadi program wilayah pemerintah Yogyakarta maupun nasional dalam pemberdayaan ibu tunggal menjadi ibu yang tangguh dan produktif dalam rangka penguatan ketahanan keluarga bangsa Indonesia.

Kata kunci: komunitas ibu tunggal, pemberdayaan, ketahanan keluarga

ABSTRACT

This community service focuses on empowering single mothers through various activities including education and training to improve single mothers's skills. The purpose of this community empowerment program is strengthen family resilience and increase the standard of life in single mothers. The empowerment program carried out includes (1) psychological education about parenting; (2) Skills in making essential oil-based dish soap; (3) Skills training to make fruit preservation. Participants are single mothers and housewives who are the backbone of the family. The partner of this activity is the Rumpun Nurani Foundation, which is a non-profit organization that focuses on developing and strengthening Human Resources through the fields of education, social, dakwah and economic fields. The synergy of researcher from UUI and The Rumpun Nurani Foundation aims to empower incomplete family (single mothers and breadwinner) to become resilient mothers, improve business skills, and use Indonesian tropical local fruit to become natural, healthy and halal jam. This program can be recommended as a regional program of the Yogyakarta government or national program in empowering single mothers to become strong and productive mothers.

Keywords: community of single mothers, empowerment, family resilience

PENDAHULUAN

Setiap orang tidak pernah berhadapan menjadi orang tua tunggal karena beban yang akan ditanggung ketika menjadi orang tua tunggal pasti akan lebih berat dibandingkan dengan keluarga yang lengkap. Orang tua tunggal, dalam hal ini ibu harus menghadapi dan mengatasi sejumlah masalah dan kebutuhan hidup dalam keluarganya. Kondisi tersebut tentu saja akan menimbulkan kerentanan bagi ibu tunggal. Rentan karena selain sebagai ibu yang merawat dan mendampingi keluarga (suami dan anak), juga memiliki tugas memenuhi ekonomi keluarga. Ada beban ganda yang ditanggung. Hal ini tentu berdampak pada sisi psikologis seorang ibu. Beberapa persoalan yang dihadapi oleh ibu tunggal adalah kebingungan dalam menjalankan peran gandanya sebagai bapak sekaligus ibu bagi anak-anaknya. Disisi lain, kebutuhan ekonomi yang tinggi disertai dengan kemampuan yang terbatas dalam memenuhi kebutuhan tersebut seringkali menjadi stressor tersendiri bagi ibu tunggal. Caballo et al. (2001), berpendapat bahwa ketika menjadi *single parent*, maka akan terbelenggu dalam keadaan kerugian sosio-ekonomi yang lebih besar, mereka (*single parent*) juga cenderung berpenghasilan rendah (Broussar et al. , 2015).

Kemandirian dalam jiwa ibu tunggal sangat dibutuhkan untuk menjalankan peran ganda di sektor domestik dan di sektor publik yaitu bertugas secara ekonomi agar kebutuhan tetap terpenuhi dengan mencari nafkah bagi keluarganya dan secara sosial bersosialisasi dengan masyarakat. Kondisi ibu yang harus mencari nafkah, membuat fokus dalam mengasuh anak menjadi terpecah. Ketidakberadaan suami mengakibatkan banyak masalah yang dihadapi oleh ibu sehingga berpengaruh terhadap keseharian keluarga dan komunikasi antar pribadi yang dilakukan antara ibu dengan anak-anaknya. Dikarenakan persoalan tersebut tidak jarang ibu melakukan kekerasan baik fisik maupun verbal kepada anaknya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ditemukan ada kebutuhan khas ibu pada kondisi *incomplete family*, baik dari sisi menjadi orangtua yang terbaik bagi anak-anak sekaligus menjadi penopang perekonomian keluarga. Dari permasalahan tersebut, maka dibutuhkan kemampuan untuk melakukan pemberdayaan ibu tunggal melalui pengembangan industri ekonomi kreatif berbasis wirausaha dan peningkatan kemampuan dalam mengasuh anak. Hal tersebut sesuai dengan surah Al-Mujadilah (11) : “Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat”

Dari sisi peningkatan ekonomi keluarga, diperlukan kecermatan dalam membaca peluang usaha dari bahan yang tersedia di alam. Sebagai negara tropis, Indonesia kaya akan tanaman dan buah-buahan. Masalah timbul ketika panen raya tiba, dimana harga buah jatuh

dipasaran dan petani seperti tak berkulit dalam kondisi tersebut. Diperlukan upaya dan metode pengawetan buah mensikapi kondisi ini. Disisi lain, saat ini pola konsumsi makan masyarakat mulai beralih menyukai roti. Hal ini berdampak pada tingginya permintaan pengawetan buah atau *preserve fruit* sebagai pendamping makan roti, terbukti dari banyaknya toko dan swalayan menjual dan menyediakan makanan olahan ini.

Tingginya permintaan makanan olahan *preserve fruit*, sayangnya tidak sejalan dengan kualitas yang diberikan pada produk makanan olahan tersebut. Mayoritas *preserve fruit* yang dijual dipasaran bahkan memiliki kandungan buah kurang dari 50% dan memiliki kandungan gula dua kali lipat lebih banyak serta dengan pewarna makanan. Pengabdian UII merasa prihatin dengan kondisi ini, dan melihat ada peluang ekonomi. Dengan semakin meningkatnya gaya hidup sehat di masyarakat dan kebutuhan akan makanan yang berkualitas semakin menjadi prioritas utama dalam memenuhi nutrisi bagi diri sendiri maupun keluarga (Andriani, 2019). Belum cukup banyaknya pengetahuan dan keterampilan pengawetan buah inilah yang mendorong pengabdian untuk mengadakan pelatihan pembuatan *preserve fruit*, khususnya pada kelompok ibu tunggal. Padahal proses pembuatan olahan makanan *preserve fruit* tidak lah sulit, bisa dilakukan dengan peralatan dan bahan sederhana dengan proses pembuatan yang cepat, sehingga diharapkan setelah dilakukannya pelatihan maka ibu tunggal akan menjadi lebih mandiri dan produktif.

Peluang lain yang dapat dikembangkan selain bahan pangan adalah pembuatan sabun, khususnya sabun cuci piring. Selama ini, intensitas ibu rumah tangga dalam menggunakan sabun cuci piring cukup tinggi. Banyaknya konsumen yang memerlukan kebersihan terutama pada alat makan membuat usaha pembuatan sabun cuci memiliki peluang dalam pengembangan produksi skala rumah tangga (pemberdayaan ekonomi). Dulu, untuk mencuci piring masyarakat tradisional menggunakan sabut kelapa juga abu gosok. Namun seiring perkembangan zaman, masyarakat masa kini sudah menggunakan spons dan sabun cuci siap pakai dengan berbagai bentuk dan keunggulan masing-masing (Anonymus, 2013). Kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap bahan kimia dan cara pengolahannya telah membuat tertutupnya peluang bisnis pembuatan sabun di masyarakat. Oleh karena itu diperlukan pelatihan pembuatan sabun yang dapat menghasilkan berliter-liter sabun cair dan ramah lingkungan agar dapat membuat terobosan di bidang wirausaha. Untuk membuat terobosan diperlukan lembaga yang mendukung usaha ini. Salah satu lembaga nirlaba yang dapat dipercaya adalah Yayasan Rumpun Nurani.

Yayasan Rumpun Nurani adalah sebuah lembaga nirlaba yang berfokus pada pengembangan, penguatan sumber daya manusia melalui bidang pendidikan, sosial, dakwah

dan ekonomi. Sebagai bentuk kepedulian dan penguatan masyarakat, Yayasan Rumpun Nurani mendampingi sebuah komunitas ibu dengan latar belakang *incomplete family*. Diharapkan sinergitas antara DPPM UII dan Yayasan Rumpun Nurani berdampak positif dalam upaya meniti ilmu, memacu amal dan menggali hikmah. Keilmuan di kampus berdampak dan bermanfaat pada masyarakat khususnya para ibu dengan kondisi rentan baik sisi psikologis maupun finansial.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka ada beberapa solusi yang dapat dilakukan yaitu memberikan edukasi psikologis terkait dengan parenting, pelatihan pembuatan *preserve fruit* dan pelatihan pembuatan sabun cuci piring. Tujuan dari program ini adalah meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola asuh yang baik, makanan yang sehat dan halal serta penggunaan bahan kimia yang aman untuk menjaga kebersihan rumah tangga. Selain itu, kegiatan ini juga berpeluang untuk meningkatkan kemandirian ekonomi komunitas ibu (terutama ibu tunggal) serta lembaga mitra karena memiliki peluang dalam pengembangan wirausaha.

METODE PENELITIAN

a. Edukasi dan Pendampingan

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan edukasi dan pendampingan. Adapun kegiatan *parenting* dilakukan via ZOOM meeting. Edukasi dilakukan oleh psikolog yang juga seorang dosen. Kegiatan dilakukan dengan menjelaskan materi oleh narasumber kemudian dilanjutkan dengan diskusi bersama peserta. Edukasi tentang parenting dilakukan sebanyak 2 kali (2 sesi). Sesi pertama berisi materi tentang keluhan, masalah dan kesulitan yang biasanya dihadapi oleh orang tua tunggal dalam mendidik anak. Sesi kedua berisi materi tentang strategi yang dapat digunakan dalam mengatasi keluhan/masalah yang muncul di materi yang diberikan pada sesi pertama.

Perlakuan berikutnya diisi dengan pelatihan membuat sabun cuci piring yang juga dilakukan via ZOOM meeting. Kegiatan ini didampingi oleh narasumber yang memiliki latar belakang ilmu kimia. Sebelum pertemuan via ZOOM meeting dilakukan, peserta sudah terlebih dahulu mendapatkan alat dan bahan pembuatan sabun cuci piring yang dikirim ke rumah peserta masing-masing. Peserta kemudian mengikuti arahan dan instruksi pembuatan sabun yang disampaikan narasumber via ZOOM meeting.

Kegiatan terakhir adalah pembuatan *preserve fruit*, masing-masing peserta dikirimkan kit untuk pengolahan *preserve fruit*, peserta juga mendapatkan video tutorial pembuatan *preserve fruit*. Masing-masing peserta mencoba mempraktekkan pembuatan *preserve fruit* dan

diberi kesempatan untuk diskusi melalui *group whatsapp*. Keseluruhan kegiatan dilakukan secara *online* sehubungan dengan adanya pandemi Covid 19 yang tidak memungkinkan untuk mengadakan kegiatan secara tatap muka langsung. Beberapa kegiatan pelatihan marketing (desain kemasan, strategi marketing), pengelolaan keuangan dan teknik relaksasi pun tidak dilakukan sebagai adaptasi dari kondisi pandemic.

b. Waktu dan Tempat Pengabdian

Pelatihan ketrampilan dan peningkatan ilmu pengetahuan dilakukan pada Bulan Agustus-Oktober 2020, adapun persiapan kegiatan telah dimulai sejak awal tahun 2020. Kegiatan pelatihan ini dilakukan secara *online* menggunakan media ZOOM meeting, proses produksi video dan *grup whatsapp*. Adapun alasan diberikan edukasi dan pelatihan secara online adalah untuk mencegah penularan virus Corona (COVID-19) sehingga untuk meminimalkan kontak fisik maka semua aktifitas dilakukan secara online dengan metode sinkron dan asinkron.

c. Subjek Pengabdian

Peserta pengabdian ini adalah ibu yang berusia 25-50 tahun, yang tergabung dalam *grup whatsapp* Komunitas Ibu Pilihan, sebanyak 30 orang. Komunitas Ibu Pilihan ini merupakan komunitas yang didampingi oleh Yayasan Rumpun Nurani beranggotakan ibu tunggal (cerai/meninggal) dan ibu yang berperan sebagai penopang utama ekonomi keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Edukasi *Smart Parenting*

Edukasi *Smart Parenting* dibagi menjadi 2 sesi. Sesi pertama dilakukan melalui media ZOOM meeting. Peserta dibagikan link untuk mengikuti edukasi *smart parenting*. Edukasi diawali dengan pembukaan oleh moderator dan dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh narasumber. Narasumber untuk kegiatan ini adalah Ibu Rr. Indahria Sulistyarini, S.Psi., MA. Edukasi dimulai dengan merefleksikan apa yang dirasakan peserta selama mengasuh anak. Terkait keluhan, permasalahan yang dihadapi saat pengasuhan, hingga dampak pola asuh yang tidak tepat. Pada sesi berikutnya, dilakukan diskusi melalui *group whatsapp*.

Pada sesi ini membahas mengenai strategi yang efektif dalam pengasuhan dan mengatasi keluhan, masalah dan kesulitan yang dihadapi oleh ibu tunggal dalam mengasuh anak. Beberapa materi yang diberikan dalam sesi ini adalah bagaimana pola komunikasi yang efektif, cara menanamkan nilai dan persoalan lain yang muncul dalam mengasuh anak termasuk isu-isu pengasuhan yang muncul di era digital yaitu penggunaan gawai. Melalui kegiatan ini, peserta memiliki bekal *parenting* terutama bagi ibu tunggal, agar dapat membangun keluarga yang harmonis dan berfungsi dengan baik melalui ilmu pengasuhan yang telah diperoleh. Ibu

tunggal memiliki peran dan tanggungjawab dalam keluarga seperti memenuhi kebutuhan keluarga dalam hal materi dan dalam mengasuh.

Tantangan lain dari ibu tunggal adalah tidak memiliki pasangan untuk bertukar pikiran sebagai salah satu sumber dalam memberi dukungan, sehingga ibu tunggal memberi rasa nyaman dan aman (Sirait & Minauli, 2015). Terutama bagi ibu yang rentan mengalami permasalahan psikologis dan mencari pelarian yang tidak tepat. Edukasi *parenting* ini menjadi salah satu upaya untuk menjaga keutuhan keluarga.

Secara umum, aktifitas ini berjalan dengan lancar dan peserta terlihat puas dengan edukasi yang dilakukan. Beberapa peserta memberikan komentar bahwa persoalan yang diceritakan oleh pemateri adalah persoalan nyata yang dihadapi oleh ibu tunggal dan peserta sangat senang bisa mengikuti acara ini apalagi diberikan kesempatan untuk dapat berdiskusi lebih lanjut dengan pemateri. Salah satu pernyataan yang muncul pada peserta adalah bahwa materi yang diberikan sangat berbobot dan sesuai dengan ekspektasi peserta. Pada sesi kedua, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi secara lebih mendalam. Pertanyaan-pertanyaan yang muncul menunjukkan bahwa selama ini terdapat hambatan dalam melakukan pengasuhan pada anak namun setelah diberikan edukasi, peserta akhirnya dapat memahami cara yang dapat dilakukan dalam melakukan pola pengasuhan yang efektif. Secara keseluruhan, sekalipun pemberian materi dilakukan secara online, tidak menghambat peserta untuk belajar dan memperoleh pengetahuan dari kegiatan ini. Namun memang tidak semua peserta mungkin nyaman ketika menceritakan permasalahannya di kelas besar, sehingga ada salah satu peserta yang meminta sesi/waktu khusus untuk berkonsultasi kepada pemateri. Hal ini memang akan sangat mungkin terjadi di dalam suatu pelatihan dikarenakan adanya alasan tertentu yang mungkin tidak bisa disampaikan di depan khalayak atau ingin mendapatkan informasi yang mendalam terkait dengan pola pengasuhan yang selama ini diterapkan pada anak.



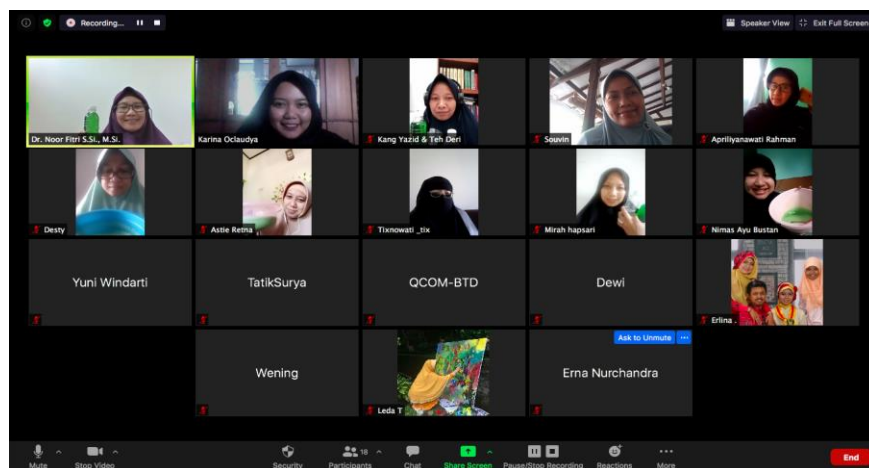
Gambar 1. Edukasi Psikologis *Smart Parenting* via ZOOM meeting

b. Pelatihan Keterampilan Pembuatan Sabun Cuci Piring

Pelatihan ini dilakukan melalui media ZOOM meeting. Para peserta mendapatkan alat dan bahan pembuatan sabun yang dikirim ke rumah masing-masing. Peserta diajarkan dan dilatih untuk membuat sabun cuci piring berbasis minyak atsiri. Kegiatan ini dipandu oleh Ibu Dr. Noor Fitri, setiap tahapan, langkah-langkah pembuatan sabun dipraktekkan langsung oleh Ibu Dr. Noor Fitri.

Peserta mengikuti proses pembuatan sabun sesuai instruksi yang diberikan. Peserta juga diberi kesempatan untuk diskusi dan bertanya langsung mengenai pembuatan sabun melalui fitur yang tersedia di ZOOM meeting. Kegiatan ini memberikan keterampilan baru bagi peserta untuk semakin mengembangkan kemampuan dan memperbanyak referensi lahan usaha untuk meningkatkan perekonomian keluarga. Peserta sangat antusias mengikuti kelas online dan praktek pembuatan sabun. Setelah kelas online, materi pembuatan sabun juga dibagikan melalui *grup whatsapp*, hal ini dilakukan untuk memfasilitasi peserta yang tidak berkesempatan mengikuti kelas online. Selain itu juga dibuka sesi tanya jawab seputar proses pembuatan sabun termasuk ketersediaan bahan pembuat sabun, termasuk potensi ekonomis dan peluang usaha dari pembuatan sabun.

Selain proses pembuatan sabun, Yayasan Rumpun Nurani lebih khususnya departemen ekonomi - selaku mitra DPPM UII, mensupport para ibu yang akan memproduksi sabun cuci piring ini. Produk dari komunitas ibu tunggal ini akan dibantu dijual dipasaran.



Gambar 2. Pelatihan Keterampilan Pembuatan Sabun Cuci Piring via ZOOM *meeting*

Pelatihan Keterampilan Membuat Selai Buah (*fruit preservation*)

Pelatihan ini didampingi oleh Ibu Yuni Windarti, SE. MA dan dilakukan secara *online*. Materi diberikan melalui tautan youtube channel <https://youtu.be/g2DYRYYPpA3E> dan diskusi

melalui *grup whatsapp*. Masing-masing peserta mendapatkan alat dan bahan pembuatan selai, dan mempraktekkan pembuatan selai berdasarkan video yang telah dikirimkan melalui *group whatsapp*. Adapun alat dan bahan meliputi buah-buahan sebagai bahan baku utama, bisa menggunakan buah strawberry, nanas, dan buah-buahan lainnya. Bahan lainnya adalah gula, pektin, dan asam.

Proses pembuatan diawali dengan mencampurkan buah yang sudah dipotong-potong ke dalam air di dalam panci. Tahap berikutnya adalah memasukkan pektin yang berfungsi sebagai pengental, ketika menuangkan pektin, hindari untuk terkena panas secara langsung sebab akan membuat pektin menggumpal. Bahan-bahan yang telah dimasukkan kemudian diaduk hingga rata, selanjutnya masukkan gula dan terakhir hidupkan kompor dengan api kecil.

Semua bahan diaduk hingga rata kemudian dimasukkan asam sebagai penguat rasa, pencerah warna, dan pengawet alami. Selain menambah keterampilan baru bagi peserta, pembuatan *preserve fruit* juga sebagai alternatif makanan yang sehat dan alami. Pembuatan *preserve fruit* juga menjadi salah satu alternatif usaha untuk menunjang kemandirian ekonomi para peserta, selain pembuatannya yang mudah, alat dan bahannya juga sangat sederhana. Semua bisa dilakukan dalam skala rumahan.



Tutorial Membuat Preserved Strawberry

Gambar 3. Video Tutorial Pembuatan *Preserve Fruit*

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan meliputi edukasi materi psikologi, pelatihan keterampilan pembuatan sabun cuci piring, serta pelatihan pembuatan selai buah (*fruit preservation*). Peserta tidak hanya mendapatkan keterampilan baru untuk menunjang kemandirian secara finansial, namun juga mendapatkan edukasi mengenai pengasuhan untuk

menjaga keutuhan keluarga bagi ibu tunggal. Edukasi psikologis mengenai *parenting* berguna untuk menguatkan ikatan ibu dan anak dalam menjalankan fungsi-fungsi dalam keluarga, mengurangi ketegangan dan stres yang dirasakan. Stres yang tidak dikendalikan akan membuat individu sulit menyesuaikan diri dengan kondisi. Tidak hanya melalui edukasi dan pelatihan, pembuatan *grup whatsapp* yang berisi ibu pilihan (ibu tunggal dan penopang ekonomi utama keluarga) juga berpengaruh positif dimana sesama anggota dalam grup bisa berkomunikasi dan saling menguatkan.

Kegiatan pengabdian berhasil mengedukasi masyarakat terutama ibu tunggal (*incomplete family*) terkait pengolahan *preserve fruit* dan pembuatan sabun dengan bahan-bahan alami. Masyarakat menjadi teredukasi tentang pemanfaatan buah lokal tropis Indonesia menjadi selai natural sehat dan halal diharapkan sebagai salah satu lahan usaha untuk pemberdayaan Komunitas Ibu Pilihan (KIP) dan peningkatan ketahanan keluarga Indonesia terutama untuk keluarga Ibu Tunggal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdi menghaturkan terima kasih kepada DPPM UII yang telah memberikan dana hibah pengabdian sesuai dengan surat perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat. Pengabdi juga mengucapkan terima kasih kepada mitra pengabdian, Yayasan Rumpun Nurani atas kerjasamanya sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D. (2019). *Tren Gaya Hidup Sehat Kian Meningkat*. [Internet]. [diunduh pada 14 Oktober 2020]. Tersedia pada : <https://lifestyle.bisnis.com/read/20190125/106/882006/tren-gaya-hidup-sehat-kian-meningkat>
- Anonymus. 2013. Cara membuat Sabun Cuci Piring Cair. <http://www.caramembuatmu.com/2013/12/cara-membuat-sabun-cuci-piring-cair.html>
- Caballo, R., Lansford, J. E., Abbey, A., dan Stewart, A. J. (2001). Theoretical Perspectives on Adoptive Families' Well-Being. *Marriage & Family Review*, 33(4), 85–105
- Broussard, C.A., Joseph, A.L and Thompson, M. (2015). Stressors and Coping Strategies Used by Single Mothers Living in Poverty. *Journal of Woman and Social Work*, 27 (2), 190-204.
- Sirait, N.Y.D. & Minauli, I. (2015). Hardines pada Single Mother. *Jurnal Diversita*, 1(2), 28.38.