



Gambaran Aktivitas Fisik dan Pola Makan Selama Pandemi Covid-19 pada Remaja

Anissa Reza Miranda, Ajeng Kartika Sari*

Prodi Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history :

Received : 3/4/2022
Revised : 25/6/2022
Published : 7/7/2022



Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 2
No. : 1
Halaman : 21 - 26
Terbitan : Juli 2022

ABSTRAK

Covid-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* dan ditetapkan menjadi pandemi pada tahun 2020. Pandemi ini menyebabkan ditetapkannya *Work From Home* untuk seluruh masyarakat, termasuk remaja atau siswa yang bersekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana gambaran aktivitas fisik dan pola makan selama pandemi pada remaja di SMAN X. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif*. Besar sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *Proportionate Stratified Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan *Global Physical Activity Questionnaire* dan *Formulir Food Frequency Questionnaire*. Hasil dalam penelitian ini yaitu jumlah presentase remaja selama pandemi Covid-19 melakukan aktivitas fisik sedang sebanyak 56.4%, aktivitas fisik tinggi 22.7% dan aktivitas fisik rendah 10.9%. Remaja dengan aktivitas fisik sedang dan aktivitas tinggi mengkonsumsi makanan dengan jumlah kalori yang normal, sedangkan remaja beraktivitas fisik rendah mengkonsumsi makanan dengan jumlah kalori tinggi. Kebiasaan pola makan remaja selama pandemi Covid-19 adalah mengkonsumsi sarapan sebanyak 6 kali/minggu, mengkonsumsi jajanan sebanyak 3-5 kali/minggu, mengkonsumsi *Fastfood* sebanyak 3-5 kali/minggu dan mengkonsumsi suplemen dan sayur sebanyak 3-5 kali/minggu.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik; Pola Makan; Remaja.

ABSTRACT

Covid-19 is an infectious disease caused by the Coronavirus 2 of the Severe Acute Respiratory Syndrome. It was predicted to appear in 2020. As a result of the pandemic, Work From Home has been established for the entire population, including youths and students who are afflicted. The goal of this study is to look at the description of physical activity and eating patterns in adolescents at SMAN X during the pandemic. This study is descriptive in nature. Proportional stratified random sampling was used to determine the sample size in this investigation. The Global Physical Activity Questionnaire and the Food Frequency Questionnaire were used to collect data. This study found that during the Covid-19 epidemic, 56.4 percent of teenagers engaged in moderate physical activity, 22.7 percent engaged in high physical activity, and 10.9 percent engaged in poor physical activity. Adolescents who engage in moderate to high physical activity eat foods with a typical number of calories, whereas adolescents who engage in low physical activity eat foods with a high number of calories. During the Covid-19 epidemic, teenagers ate breakfast six times per week, snacks three times per week, fast food three times per week, and supplements and veggies three times per week.

Keywords : Teenagers; Physical Activity; Diet.

@ 2022 Jurnal Riset Kedokteran Unisba Press. All rights reserved.

A. Pendahuluan

Di seluruh dunia saat ini sedang terjadi suatu wabah penyakit COVID-19. COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). COVID-19 merupakan jenis penyakit infeksi baru dengan kemampuan penularan dan transmisi penyakit yang berlangsung dengan cepat [1], [2]. Wabah ini menyebabkan semua orang harus beraktivitas seperti berkerja dan sekolah dari rumah disebut sebagai WFH (*Work From Home*). Hal ini menyebabkan terjadinya beberapa perubahan pola hidup termasuk perubahan aktivitas fisik dan pola makan. Perubahan tersebut menyebabkan masyarakat kurang melakukan aktivitas fisik sehingga terjadi penurunan tingkat aktivitas fisik. Aktivitas yang lebih banyak di dalam rumah ternyata mempengaruhi pola makan masyarakat juga. Masyarakat cenderung meningkatkan frekuensi dan kuantitas porsi makan. Penurunan tingkat aktivitas fisik dan perubahan pola makan tersebut dapat menyebabkan permasalahan kesehatan [3], [4].

Masa remaja merupakan fase dengan tahap tumbuh kembang yang signifikan [5]. Empat masalah kesehatan yang dinilai paling sering dialami oleh remaja yaitu kekurangan zat besi (anemia), kurang tinggi badan (stunting), kurang energi kronis (kurus), dan kegemukan atau obesitas, karena itu remaja merupakan masa yang sangat berharga bila mereka berada dalam kondisi kesehatan fisik dan psikis [5]. Berdasarkan data dari WHO masalah gizi yang sering terjadi pada remaja yaitu overweight dan obesitas [6]. Penyebab permasalahan gizi berlebih pada remaja bersifat kompleks seperti ketidakseimbangan antara pola makan, aktivitas fisik, faktor genetik dan faktor psikologi. Remaja saat ini ditemukan lebih sering dan lebih banyak mengonsumsi makanan cepat saji atau yang sering disebut *fast food*, makanan ini mengandung kalori yang cukup tinggi.

Prevalensi anak obesitas baik di negara maju maupun negara berkembang mengalami peningkatan dalam jumlah yang mengkhawatirkan [7]. Kebutuhan kalori setiap hari masing – masing orang berbeda, dihitung berdasarkan jenis kelamin, usia, tinggi, berat badan, komposisi tubuh, aktivitas, hingga keadaan fisik masing-masing. Standar untuk asupan kalori per hari berbeda di tiap negara. Di Indonesia kebutuhan kalori pada remaja wanita yang berusia 14-18 tahun dengan aktivitas fisik menetap sebanyak 1.800 kkal, cukup aktif 2.000 kkal, aktif sebanyak 2.400 kkal untuk wanita. Pada laki – laki dengan aktivitas menetap jumlah kalori yang dibutuhkan 2.200 kkal, aktivitas cukup aktif 2.400 – 2.800 kkal, dan aktivitas aktif jumlah kalori yang diperlukan per hari sebanyak 2.800-3.200 kkal. Jika mengonsumsi makanan dan minuman melebihi jumlah kalori per harinya dan kurangnya aktivitas fisik menyebabkan terjadinya peningkatan dari indeks massa tubuh. Berdasarkan uraian di atas bahwa *Work From Home* (WFH) akan menyebabkan perubahan pola aktivitas fisik dan pola makan.

Maka dari itu berdasarkan penjelasan di atas peneliti memiliki tujuan penelitian. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis bagaimana gambaran aktivitas fisik dan pola makan selama pandemi pada remaja berusia 16-18 tahun di SMAN X.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian deskriptif analitik dengan metode survey. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN X, Lampung pada bulan Juni- Oktober 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Siswi SMAN X yang berusia 16-18 tahun yang berjumlah 899 anak. Sampel penelitian ini menjadi 100 Siswa Siswi SMAN X yang berusia 16-18 tahun, Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan Proportionate Stratified Random Sampling. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah berupa kuesioner pada media google form yang disebarluaskan melalui grup siswa siswi SMAN X Lampung.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil berupa karakteristik responden disajikan dalam tabel 1. Diketahui bahwa sebagian responden yang mengisi kuesioner berjenis kelamin perempuan yaitu 87 responden (79,1%), dan Laki-laki yaitu 23 Responden(20,9%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	23	20,9
Laki-laki	87	79,1

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia		
16	51	46.4
17	50	45.6
18	9	8.1

Berdasarkan Tabel 2, dilihat bahwa responden paling banyak yang berusia 16 tahun yaitu 51 responden (46,4%) yang berusia 17 tahun 50 responden (45,6%) dan yang berusia 18 tahun hanya 9 responden (8,1%).

Tabel 3. Gambaran Aktvitas Fisik Berdasarkan Usia

Variabel		Aktivitas Fisik			
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Usia	16	Jumlah (n)	8	26	11
		Persentase (%)	8.1%	26.3%	11.1%
	17	Jumlah (n)	4	30	11
		Persentase (%)	4.0%	30.3%	11.1%
	18	Jumlah (n)	0	6	3
		Persentase (%)	0.0%	6.1%	3.0%

Berdasarkan Tabel 3, dilihat bahwa pada remaja di SMAN X yang ber usia 16 tahun banyak melakukan aktivitas fisik sedang dengan responden 26 (26,3%), aktivitas tinggi dengan responden 11 (11,1%), dan Rendah hanya 8 (8,1%) responden. Usia 17 tahun banyak melakukan aktivitas fisik sedang dengan responden 30 (30,3%), aktivitas tinggi dengan responden 11 (11,1%), dan Rendah hanya 4 (4,0%) responden. Usia 18 tahun banyak melakukan aktivitas fisik sedang dengan responden 6 (6,1%), aktivitas tinggi dengan responden 3 (3,0%), dan Rendah responden 0 (0,0%).

Tabel 4. Jenis Aktivitas Fisik Dibandingkan Jumlah Kalori

Aktivitas Fisik		Pola Makan			
		Rendah Kalori	Normal	Tinggi Kalori	
Aktivitas Fisik	Rendah	Jumlah (n)	0	4	8
		Persentase (%)	0.0%	4.0%	8.1%
	Sedang	Jumlah (n)	10	45	7
		Persentase (%)	10.1%	45.5%	7.1%
	Tinggi	Jumlah (n)	10	11	4
		Persentase (%)	10.1%	11.1%	4.0%

Berdasarkan Tabel 4, dilihat bahwa pada remaja di SMAN X yang ber aktivitas rendah dengan mengkonsumsi tinggi kalori responden 12 (12,1%) sedangkan yang mengkonsumsi kalori normal sebanyak 4 (4,0%) responden, dan rendah kalori sebanyak 0 (0%) responden. Aktivitas sedang dengan mengkonsumsi tinggi kalori responden 7 (7,1%) sedangkan yang mengkonsumsi kalori normal sebanyak 11 responden (11,1%), dan rendah kalori sebanyak 10 (10,1%) responden. Aktivitas tinggi dengan mengkonsumsi tinggi kalori responden 4 (4,0%) sedangkan yang mengkonsumsi kalori normal sebanyak 11 responden (11,1%), dan rendah kalori sebanyak 10 (10,1%).

Tabel 5. Gambaran Pola Makan

	Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sarapan	Tidak Sarapan	1	0.9
	1x/minggu	6	5.5
	2-3x/minggu	34	30.9
	4-5x/minggu	24	21.8
	6x/minggu (setiap hari)	45	40.9
Jajan	Jarang (1-2 kali/mg)	23	20.9
	Kadang-kadang (3-5kali/mg)	55	50.0
	Ya, selalu	32	29.1
Fastfood	Jarang (1-2 kali/mg)	48	43.6
	Kadang (3-5 kali/mg)	56	50.9
	Ya, selalu	6	5.5
Sayur dan Suplemen	Jarang (1-2 kali/mg)	23	20.9
	Kadang (3-5 kali/mg)	16	14.5
	Tidak	60	54.5
	Ya, selalu	11	10.0

Berdasarkan Tabel 5, menunjukkan bahwa pada remaja berusia 16-18 tahun di SMAN X banyak mengkonsumsi sarapan sebanyak 6 kali/minggu dengan responden 45 (40,9%), mengkonsumsi sarapan sebanyak 4-5 kali/minggu dengan responden 24 (21,8%), mengkonsumsi sarapan sebanyak 2-3 kali/minggu dengan responden 34 (30,9%), mengkonsumsi sarapan sebanyak 1 kali/minggu dengan responden 6 (5,5%), dan tidak sarapan dengan responden 1 (0,9%). Untuk Remaja 16-18 tahun di SMAN X berusia 16,17,18 tahun suka mengkonsumsi Jajan sebanyak 3-5 kali/minggu dengan responden 55 (50,0%), mengkonsumsi Jajan sebanyak 1-2 kali/minggu dengan responden 23 (20,9%), dan mengkonsumsi Jajan sebanyak 6 kali/minggu dengan responden 32 (29,1%). Untuk Remaja di SMAN X berusia 16-18 tahun mengkonsumsi Fastfood sebanyak 3-5 kali/minggu dengan responden 56 (50,9%), mengkonsumsi Fastfood sebanyak 1-2 kali/minggu dengan responden 48 (43,6%), dan mengkonsumsi Fastfood sebanyak 6 kali/minggu dengan responden 6 (2,1%). Remaja di SMAN X berusia 16-18 tahun mengkonsumsi Makan Suplemen dan Sayur sebanyak 3-5 kali/minggu dengan responden 16 (14,5%), mengkonsumsi Makan Suplemen dan Sayur sebanyak 1-2 kali/minggu dengan responden 23 (20,9 %), mengkonsumsi Makan Suplemen dan Sayur sebanyak 6 kali/minggu dengan responden 11 (10,0%), dan tidak mengkonsumsi Makan Suplemen dan Sayur dengan responden 60 (54,5%)

Pembahasan

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner aktivitas fisik, didapatkan hasil bahwa Siswa Siswi di SMAN X lebih banyak melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang dan sebagian kecil melakukan aktivitas fisik tinggi dan ringan. Hasil penelitian ini sama seperti penelitian oleh Utami, dkk (2016) tentang Efek Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surabaya dengan hasil sebagian besar remaja mempunyai aktivitas fisik sedang sebesar 46,3% [8].

Aktivitas fisik sangat bermanfaat bagi tubuh untuk menjaga kesehatan, mengurangi beban berbagai penyakit, menjaga berat badan, tekanan darah, mencegah terkena penyakit diabetes melitus, dapat meningkatkan sistem imunitas, memperbaiki kekuatan otot, dll [9]. Aktivitas fisik memberikan manfaat bagi remaja dapat memberikan kesehatan secara jasmani dan rohani. Hal ini dapat dilihat pada masa pandemi COVID-19 remaja bisa melakukan aktivitas fisik walau hanya di rumah. Hal ini sesuai dengan saran dari Kementerian Kesehatan RI yang memberi informasi bahwa aktivitas fisik sedang sangat diperlukan karena dapat meningkatkan imunitas dan ini sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk mencegah resiko terkena infeksi virus [10].

Berdasarkan hasil pengukuran dari jumlah kalori yang dikonsumsi pada remaja berusia 16-18 tahun di SMAN X. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja berusia 16-18 tahun di SMAN X paling banyak mengkonsumsi makanan dengan jumlah kalori yang normal (54,5%), rendah kalori (25,5%) dan tinggi

kalori (20,0%). Penelitian ini juga melihat pola makan dan aktivitas fisik remaja dengan jumlah kalori dari asupan makan teraebut. Didapatkan bahwa pada remaja di SMAN X yang beraktivitas sedang banyak mengkonsumsi dengan kalori normal sebanyak (45.5%), remaja yang melakukan aktivitas tinggi kebanyakan mengkonsumsi kalori normal 11 responden (11,1%) dan beraktivitas rendah banyak mengkonsumsi tinggi kalori (8.1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho,dkk (2016) Pada Mahasiswa Semester 2 Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran mayoritas responden memiliki pola makan dengan jumlah kalori normal(52,8%) [3]. Yang dikatakan kategori jumlah kalori normal yaitu bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari dari responden dalam batasan normal. Untuk Kategori tinggi kalori remaja mengkonsumsi kebutuhan sehari-hari melebihi kebutuhan kalori remaja per-hari dan yang dikategori konsumsi rendah kalori yaitu jumlah asupan makanan sehari-hari belum mencukupi.

Selain aktivitas fisik dan jumlah kalori makanan pada penelitian ini juga melihat bagaimana kebiasaan pola makan pada remaja tersebut. Dilihat berdasarkan kebiasaan sarapan pagi pada remaja, bahwa remaja berusia 16-18 tahun SMAN X selalu sarapan pagi sebanyak 6 kali/minggu (40,9%). Remaja yang memiliki kebiasaan sarapan tidak teratur disarankan untuk mengkonsumsi sarapan secara teratur, karena sarapan dapat memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian dan mengurangi kecenderungan mengkonsumsi makanan tinggi kalori. Berdasarkan kebiasaan jajan menunjukkan bahwa pada remaja berusia 16-18 tahun di SMAN X banyak mengkonsumsi Jajan sebanyak 3-5 kali/minggu (50,0%), remaja juga suka mengkonsumsi suplemen dan sayuran sebanyak 3-5 kali/minggu (14,5%), dan memiliki kebiasaan makan fastfood sebanyak 3-5 kali/minggu (50,9%). Makanan cepat saji yang paling sering dikonsumsi remaja yaitu ayam goreng, snack dan donat sebanyak 3-5 kali/minggu. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Asthiningsih (2020) bahwa remaja jarang mengonsumsi makanan cepat saji dan jarang makan suplemen dan sayur [11].

Pola makan dengan jumlah kalori yang melebihi jumlah batas normal kalori dalam sehari hari akan meningkatkan resiko penyakit tidak menular seperti penyakit jantung koroner, diabetes militus, hipertensi, kanker. Selain dapat menimbulkan penyakit kebutuhan kalori yang berlebih juga akan menimbulkan rasa malas, penurunan konsentrasi, dan dapat menyebabkan kenaikan berat badan yang berlebih hingga dapat menyebabkan obesitas.

Pola makan yang baik memiliki berbagai macam manfaat, seperti menjadi sumber energi, mempertahankan imunitas, mengatur metabolisme tubuh, dan membuat tubuh semakin sehat secara jasmani dan rohani. Masa pandemi COVID-19 saat ini sangat penting mengkonsumsi makanan bergizi seimbang karena bisa meningkatkan imunitas supaya terhindar dari terinfeksi virus.

Kandungan *Fast Food* yang tidak seimbang seperti tinggi karbohidrat, lemak, kolesterol dan garam tidak baik untuk dikonsumsi terlalu sering. Dikarenakan bisa menyebabkan masalah kesehatan yaitu menurunkan fungsi otak, fungsi jantung, mengganggu pertumbuhan perkembangan, mengganggu sistem pencernaan, dan dapat menyebabkan remaja kelebihan berat badan yang mengakibatkan obesitas. Manfaat jika remaja mengkonsumsi buah dan sayuran dapat menurunkan tekanan darah, mengurangi risiko penyakit jantung dan kanker, serta meningkatkan kesehatan pencernaan. Dampak jangka pendek jika kurang mengkonsumsi suplemen dan sayur sering mengalami gangguan pencernaan, seperti sembelit, diare, dan wasir. Namun, dalam jangka panjang, bisa juga meningkatkan risiko anemia, penyakit kardiovaskular, hingga kanker.

D. Kesimpulan

Dari hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan pertama bahwa gambaran aktivitas fisik remaja di SMAN X lebih banyak melakukan aktivitas fisik sedang, dibandingkan aktivitas fisik tinggi dan aktivitas fisik rendah. Selanjutnya adalah gambaran pola makan remaja dengan aktivitas fisik yang sedang dan tinggi di SMAN X banyak mengkonsumsi makanan dengan jumlah kalori yang normal, sedangkan remaja yang melakukan aktivitas rendah mengkonsumsi tinggi kalori. Terakhir bahwa kebiasaan pola makan remaja selama pandemi Covid-19 adalah mengkonsumsi sarapan sebanyak 6 kali/minggu, mengkonsumsi jajan sebanyak 3-5 kali/minggu, mengkonsumsi *Fastfood* sebanyak 3-5 kali/minggu dan mengkonsumsi suplemen dan sayur sebanyak 3-5 kali/minggu.

Daftar Pustaka

- [1] K. Belinda Ardella, "Health Risks Due To Changes In Dietary Habit and Physical Activity Level During COVID-19 Pandemic," Oct. 2020.
- [2] A. V. Mattioli, S. Sciomer, C. Cocchi, S. Maffei, and S. Gallina, "Quarantine during COVID-19 outbreak: Changes in diet and physical activity increase the risk of cardiovascular disease," *Nutr. Metab. Cardiovasc. Dis.*, vol. 30, no. 9, pp. 1409–1417, 2020, doi: 10.1016/j.numecd.2020.05.020.
- [3] K. Nugroho, N. Mulyadi, and G. Natalia Maria Masi, "Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Semester 2 Programstudi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran," *J. Keperawatan UNSRAT*, vol. 4, no. 2, p. 105746, 2016, doi: <https://doi.org/10.35790/jkp.v4i2.12918>.
- [4] L. Larassaty, "Keterbatasan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19 Sebabkan Kuantitas dan Kualitas Pangan Menurun, Ini Strategi yang Dilakukan Kemenkes," *health.grid.id*, 2020. <https://health.grid.id/read/352229869/keterbatasan-masyarakat-di-masa-pandemi-covid-19-sebabkan-kuantitas-dan-kualitas-pangan-menurun-ini-strategi-yang-dilakukan-kemenkes?page=all>
- [5] UNICEF, "Status Anak Dunia 2019 Anak, Pangan, dan Gizi," *unicef.org*, 2019. <https://www.unicef.org/indonesia/id/status-anak-dunia-2019>
- [6] Global Nutrition Report, "Nutrition 2019," *globalnutritionreport.org*, 2019. <https://globalnutritionreport.org/events/nutrition-2019/>
- [7] Yosa NurSidiq Fadhilah, Suganda Tanuwidjaja, and Asep Saepulloh, "Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 113 Banjarsari Kota Bandung Tahun 2019-2020," *J. Ris. Kedokt.*, vol. 1, no. 2, pp. 80–84, Dec. 2021, doi: 10.29313/jrk.v1i2.449.
- [8] D. T. Utami, N. Hatijah, D. Shofiya, J. Gizi, and P. Kemenkes Surabaya, "Efek Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surabaya," *J. GIZIKES*, vol. 2, no. 1, 2016.
- [9] S. Saxena, M. Van Ommeren, K. C. Tang, and T. P. Armstrong, "Mental Health Benefits Of Physical Activity," *Journal of Mental Health*, vol. 14, no. 5, pp. 445–451, Oct. 2005. doi: 10.1080/09638230500270776.
- [10] M. S. Makalew, M. D. Amisi, and N. H. Kapantow, "Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Unsrat Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19," *J. KESMAS*, vol. 10, no. 1, 2021.
- [11] I. Amalina Bonita and D. Yudi Fitranti, "Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Kejadian Overweight Pada Remaja Stunting SMP," *J. Nutr. Coll.*, vol. 6, no. 1, pp. 52–60, Jul. 2017, doi: <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i1.16893>.