

Kode Responden :

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN  
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama responden : .....

Umur : .....

Menyatakan bersedia menjadi subyek (responden) dalam penelitian dari :

Nama : Kiky Fitriyani

Nim : 2013-33-035

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul : Hubungan *Kegel's Exercise* Dan Mobilisasi Dini Terhadap Pola Bermiksi Pada Ibu Post Partum Spontan Di Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang.

Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan penelitian diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban dan pertanyaan yang sudah diberikan. Berdasarkan lembar ini saya menyatakan secara sadar dan sukarela untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini serta bersedia menjawab semua pertanyaan dengan sadar dan sebenar-benarnya.

Jakarta, .....2019

Mengetahui,  
Responden/Keluarga

Peneliti

(.....)

Kiky Fitriyani

Tanggal :

Kode Responden :

**KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN**

**A. PETUNJUK**

1. Dibawah ini terdapat pernyataan terkait identitas responden, dimohon untuk diisi secara lengkap dan benar
2. Pilih salah satu jawaban dengan memberi tanda ceklist (  $\surd$  ) bagi pernyataan yang terdiri atas beberapa alternatif jawaban
3. Setelah selesai, periksalah kembali apakah jawaban sudah terisi semua atau belum
4. Terima kasih atas kesediannya dalam mengisi kuesioner ini

**B. IDENTITAS RESPONDEN**

- |                     |                          |                      |                          |
|---------------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Inisial Nama     | :                        | 3. 3-4               | <input type="checkbox"/> |
| 2. Usia             |                          | 4. $\geq 5$          | <input type="checkbox"/> |
| 1. 35-36 tahun      | <input type="checkbox"/> | 6. Lama Kala II      |                          |
| 2. 37-38 tahun      | <input type="checkbox"/> | 1. $\leq 30$ menit   | <input type="checkbox"/> |
| 3. 39-40 tahun      | <input type="checkbox"/> | 2. 30-60 menit       | <input type="checkbox"/> |
| 4. $\geq 41$ tahun  | <input type="checkbox"/> | 3. 60-120 menit      | <input type="checkbox"/> |
| 3. Pekerjaan        |                          | 7. Berat Bayi Lahir  |                          |
| 1. Bekerja          | <input type="checkbox"/> | 1. $\leq 2.500$ gram | <input type="checkbox"/> |
| 2. Tidak Bekerja    | <input type="checkbox"/> | 2. 2.500-4.000 gram  | <input type="checkbox"/> |
| 4. Pendidikan       |                          | 3. $\geq 4.000$ gram | <input type="checkbox"/> |
| 1. SD-SMP           | <input type="checkbox"/> | 8. Ruptur Perineum   |                          |
| 2. SMA              | <input type="checkbox"/> | 1. Utuh              | <input type="checkbox"/> |
| 3. Perguruan Tinggi | <input type="checkbox"/> | 2. Derajat I         | <input type="checkbox"/> |
| 5. Paritas          |                          | 3. Derajat II        | <input type="checkbox"/> |
| 1. 1                | <input type="checkbox"/> | 4. Derajat III       | <input type="checkbox"/> |
| 2. 2                | <input type="checkbox"/> |                      |                          |

**PANDUAN BLADDER TRAINING DENGAN *KEGEL'S EXERCISE* (SOP)**

<b>Panduan Latihan Kegel's Exercise</b>
<b>SOP</b>
<p>Tujuan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memperkuat otot-otot panggul</li> <li>2. Mencegah terjadinya inkontinensia stres akibat kelemahan panggul dan tekanan intraabdomen yang tinggi</li> <li>3. Membantu mencegah terjadinya inkontinensia</li> </ol>
<b>Fase Persiapan</b>
<p>Persiapan Alat</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pakaian olah raga atau pakaian yang longgar</li> <li>2. Arloji</li> <li>3. Matras/Karpet/kursi</li> <li>4. Tape Recorder + lagu (pelengkap)</li> <li>5. Peralatan eliminasi jika memungkinkan</li> </ol>
<p>Persiapan Pasien</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berikan salam, perkenalan diri</li> <li>2. Bina hubungan saling percaya</li> <li>3. Jelaskan kepada pasien tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan</li> <li>4. Beri kesempatan pada klien untuk bertanya</li> <li>5. Atur posisi klien sehingga merasakan aman dan nyaman</li> </ol>
<p>Persiapan Lingkungan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ruangan yang nyaman dan tenang</li> </ol>
<b>Fase Prosedur</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Minta pasien untuk berdiri atau duduk dengan kaki diregangkan.</li> <li>2. Minta pasien untuk menarik rektum, uretra, dan vagina ke arah atas dan dalam, kemudian menahannya selama 5 detik. Lanjutkan dengan relaksasi secara perlahan. Tarikan seharusnya dirasakan pada belahan bokong.</li> <li>3. Pada tahap awal, minta pasien untuk kontraksi sebanyak 5 atau 6 kali.</li> <li>4. Setelah otot panggul semakin kuat, tingkatkan frekuensi kontraksi hingga 25 kali atau lebih setiap kali latihan. Tujuan akhir adalah melakukan 200 kali kontraksi perhari, tetapi tidak dalam satu waktu.</li> <li>5. Kembangkan jadwal yang dapat membantu mengingatkan pasien untuk melakukan latihan.</li> <li>6. Minta pasien untuk mencoba memulai dan menghentikan aliran urine.</li> <li>7. Dokumentasikan tindakan keperawatan.</li> </ol>

**PANDUAN MOBILISASI DINI (SOP)**

<b>Panduan Latihan Mobilisasi Dini</b>
<b>SOP</b>
<p>Tujuan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu mempertahankan keseimbangan</li> <li>2. Menghindari risiko cedera saat berjalan</li> <li>3. Mengurangi dampak negatif imobilitas</li> </ol>
<b>Fase Persiapan</b>
<p>Persiapan Pasien</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berikan salam, perkenalan diri</li> <li>2. Bina hubungan saling percaya</li> <li>3. Jelaskan kepada pasien tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan</li> <li>4. Beri kesempatan pada klien untuk bertanya</li> <li>5. Atur posisi klien sehingga merasakan aman dan nyaman dan teknik nafas dalam</li> </ol>
<p>Persiapan Lingkungan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ruangan yang nyaman dan tenang</li> </ol>
<b>Fase Prosedur</b>
<p>Pergerakan panggul dan lutut</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fleksi dan ekstensi lutut dan panggul (Angkat tungkai dan tekuk lutut, kemudian luruskan lutut dan rendahkan tungkai hingga menyentuh kasur)</li> <li>2. Abduksi dan adduksi tungkai (gerakkan tungkai kesamping menjauhi pusat tubuh dan gerakkan tungkai mendekati pusat tubuh hingga melewati kaki sebelah)</li> <li>3. Rotasi tasi panggul internal dan eksternal (gerakkan setiap kaki dan tungkai ke dalam, kemudian gerakkan kembali ke arah luar.</li> </ol>
<p>Pergakkan tungkai</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dorsifleksi tungkai (tekan kaki menggunakan lengan untuk menggerakkan kearah tungkai)</li> <li>2. Plantar fleksi tungkai (dorong punggung kaki kebawah menjauhi tungkai)</li> <li>3. Inversi dan eversi tungkai (gerakkan telapak kaki ke arah medial, kemudian ke arah lateral)</li> <li>4. Fleksi dan ekstensi tungkai (tekuk jari kebawah, luruskan jari kaki kembali seperti semula)</li> </ol>
<p>Berlatih berdiri dan berjalan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perhatikan tanda-tanda vital, kondisi umum (energi/kekuatan)</li> <li>2. Duduk ditepi tempat tidur</li> <li>3. Berdiri dibantu perawat atau keluarga</li> <li>4. Berlatih berjalan secara perlahan</li> </ol>

Lampiran 5

Kode Responden :

**LEMBAR OBSERVASI *KEGEL'S EXERCISE***

No	Prosedur	Intervensi Kegel's Exercise	
		Dilakukan	Tidak Dilakukan
1	Tekan otot panggul dasar selama 5 detik		
2	Lemaskan otot selama 10 detik		
3	Ulangi latihan 10 kali.		
4	Berlatih untuk menuju menekan otot panggul dasar selama 10 detik dalam 1 kali		
5	Lakukan Kegel pull-in		

Kode Responden :

**LEMBAR OBSERVASI MOBILISASI DINI**

No	Prosedur	Intervensi Mobilisasi Dini	
		Dilakukan	Tidak Dilakukan
1	Lakukan teknik nafas dalam		
2	Miring kanan-miring kiri		
3	Pergerakkan panggul dan lutut : 1. Fleksi dan ekstensi lutut dan panggul 2. Abduksi dan adduksi tungkai 3. Rotasi tasi panggul internal dan eksternal		
4	Pergerakkan tungkai : 1. Dorsifleksi tungkai 2. Plantar fleksi tungkai 3. Inversi dan eversi tungkai 4. Fleksi dan ekstensi tungkai		
5	Berlatih berdiri dan berjalan : 1. Perhatikan tanda-tanda vital, kondisi umum (energi/kekuatan) 2. Duduk ditepi tempat tidur 3. Berdiri dibantu perawat atau keluarga 4. Berlatih berjalan secara perlahan		

Lampiran 7

Kode Responden :

**LEMBAR OBSERVASI WAKTU BERKEMIH PERTAMA KALI POST  
PARTUM**

<b>Indikator</b>	<b>2-4 Jam Post Partum</b>	<b>4-6 Jam Post Partum</b>	<b>➤ 6 Jam Post Partum</b>
Waktu berkemih pertama kali post partum			

## DATA KODINGAN

DATA KEGEL'S EXERCISE							
	USIA	PEKERJAAN	PENDIDIKAN	PARITAS	LAMA KALA II	BBL	RUPTUR PERINEUM
K1	2	1	2	2	2	2	2
K2	2	2	2	2	2	2	3
K3	3	1	2	3	2	2	3
K4	2	1	2	2	2	2	3
K5	4	2	2	4	1	2	1
K6	1	2	2	2	3	2	4
K7	3	1	2	2	2	2	4
K8	2	2	2	2	2	2	4
K9	3	2	2	3	2	2	3
K10	2	1	3	2	2	2	3
K11	3	2	2	2	2	2	2
K12	1	1	2	2	3	2	4
K13	3	2	2	2	2	2	3
K14	2	2	2	2	2	2	4
K15	3	1	3	2	2	2	2
K16	1	2	2	2	3	2	3
K17	3	2	2	2	1	2	3
K18	3	2	2	2	2	2	4
K19	3	1	2	2	2	2	4
K20	2	1	2	3	2	2	2
K21	2	2	2	2	2	2	3
K22	3	2	2	2	1	2	4
K23	2	1	2	3	2	2	2
K24	2	2	2	3	2	2	3
K25	3	2	2	3	2	2	4
K26	2	2	2	3	2	2	2
K27	3	1	2	3	2	2	3
K28	2	2	2	3	2	2	2
K29	1	2	2	2	3	2	4
K30	2	2	3	2	2	2	3
K31	4	2	2	4	1	2	1
K32	3	2	2	3	2	2	4
K33	2	1	2	3	2	2	3
K34	3	2	2	3	2	2	4
K35	2	1	2	2	2	2	2

DATA MOBILISASI DINI							
	USIA	PEKERJAAN	PENDIDIKAN	PARITAS	LAMA KALA II	BBL	RUPTUR PERINEUM
M1	1	1	2	1	2	2	2
M2	2	2	3	2	2	2	3
M3	3	2	2	2	2	2	3
M4	1	1	3	2	2	2	3
M5	3	2	2	3	2	2	1
M6	1	1	2	2	2	2	4
M7	1	2	2	2	3	2	4
M8	3	2	2	2	1	2	3
M9	2	1	2	3	2	2	4
M10	3	1	2	2	2	2	2
M11	1	2	2	3	2	2	3
M12	3	2	2	2	2	2	4
M13	3	1	2	3	2	2	3
M14	1	2	2	2	2	2	2
M15	4	2	2	3	1	2	1
M16	2	1	2	2	2	2	3
M17	3	2	2	2	2	2	3
M18	1	2	2	3	2	2	2
M19	1	2	2	3	2	2	4
M20	3	1	2	2	2	2	1
M21	2	2	2	3	2	2	4
M22	3	2	1	2	2	2	3
M23	1	2	2	2	2	2	3
M24	3	1	2	2	2	2	4
M25	2	2	2	3	2	2	3
M26	3	2	2	3	2	2	2
M27	1	2	2	2	3	2	1
M28	3	1	2	2	2	2	3
M29	2	2	2	3	2	2	4
M30	3	2	2	2	1	2	3
M31	1	1	3	1	2	2	4
M32	1	2	2	3	2	2	3
M33	3	1	1	3	2	2	3
M34	3	2	2	2	2	2	2
M35	2	1	2	2	2	2	4

KEGEL'S EXERCISE			MOBILISASI DINI		
KODE	DILAKUKAN	TIDAK DILAKUKAN	KODE	DILAKUKAN	TIDAK DILAKUKAN
K1	1	0	M1	1	0
K2	1	0	M2	1	0
K3	1	0	M3	1	0
K4	1	0	M4	1	0
K5	1	0	M5	1	0
K6	1	0	M6	1	0
K7	1	0	M7	1	0
K8	1	0	M8	1	0
K9	1	0	M9	1	0
K10	1	0	M10	1	0
K11	1	0	M11	1	0
K12	1	0	M12	1	0
K13	1	0	M13	1	0
K14	1	0	M14	1	0
K15	1	0	M15	1	0
K16	1	0	M16	1	0
K17	1	0	M17	1	0
K18	1	0	M18	1	0
K19	1	0	M19	1	0
K20	1	0	M20	1	0
K21	1	0	M21	1	0
K22	1	0	M22	1	0
K23	1	0	M23	1	0
K24	1	0	M24	1	0
K25	1	0	M25	1	0
K26	1	0	M26	1	0
K27	1	0	M27	1	0
K28	1	0	M28	1	0
K29	1	0	M29	1	0
K30	1	0	M30	1	0
K31	1	0	M31	1	0
K32	1	0	M32	1	0
K33	1	0	M33	1	0
K34	1	0	M34	1	0
K35	1	0	M35	1	0

KEGEL'S EXERCISE				MOBILISASI DINI				Kode Pola Berkemih	
KODE	2-4 JAM	4-6 JAM	> 6 JAM	KODE	2-4 JAM	4-6 JAM	> 6 JAM	K	M
K1	1	0	0	M1	1	0	0	1	1
K2	0	1	0	M2	1	0	0	2	1
K3	1	0	0	M3	1	0	0	1	1
K4	1	0	0	M4	1	0	0	1	1
K5	1	0	0	M5	1	0	0	1	1
K6	0	0	1	M6	1	0	0	3	1
K7	1	0	0	M7	1	0	0	1	1
K8	1	0	0	M8	1	0	0	1	1
K9	1	0	0	M9	1	0	0	1	1
K10	1	0	0	M10	1	0	0	1	1
K11	1	0	0	M11	1	0	0	1	1
K12	1	0	0	M12	1	0	0	1	1
K13	0	1	0	M13	0	1	0	2	2
K14	1	0	0	M14	1	0	0	1	1
K15	1	0	0	M15	1	0	0	1	1
K16	1	0	0	M16	1	0	0	1	1
K17	0	0	1	M17	0	0	1	3	3
K18	1	0	0	M18	1	0	0	1	1
K19	1	0	0	M19	1	0	0	1	1
K20	1	0	0	M20	1	0	0	1	1
K21	1	0	0	M21	1	0	0	1	1
K22	1	0	0	M22	1	0	0	1	1
K23	1	0	0	M23	1	0	0	1	1
K24	1	0	0	M24	1	0	0	1	1
K25	1	0	0	M25	1	0	0	1	1
K26	1	0	0	M26	1	0	0	1	1
K27	0	1	0	M27	0	1	0	2	2
K28	1	0	0	M28	1	0	0	1	1
K29	1	0	0	M29	1	0	0	1	1
K30	1	0	0	M30	1	0	0	1	1
K31	1	0	0	M31	1	0	0	1	1
K32	0	0	1	M32	1	0	0	3	1
K33	1	0	0	M33	1	0	0	1	1
K34	1	0	0	M34	1	0	0	1	1
K35	1	0	0	M35	1	0	0	1	1

## DATA STATISTIK SPSS VERSI 24

### Statistics Kegel's Exercise

	USIA	PEKERJA AN	PENDIDIK AN	PARIT AS	LAMAKA LAI	BBL	RUPTU R
Valid	35	35	35	35	35	35	35
Missing	0	0	0	0	0	0	0

#### USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	4	11.4	11.4	11.4
2.00	15	42.9	42.9	54.3
3.00	14	40.0	40.0	94.3
4.00	2	5.7	5.7	100.0
Total	35	100.0	100.0	

#### PEKERJAAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	13	37.1	37.1	37.1
2.00	22	62.9	62.9	100.0
Total	35	100.0	100.0	

#### PENDIDIKAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2.00	32	91.4	91.4	91.4
3.00	3	8.6	8.6	100.0
Total	35	100.0	100.0	

#### PARITAS

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2.00	21	60.0	60.0	60.0
3.00	12	34.3	34.3	94.3
4.00	2	5.7	5.7	100.0
Total	35	100.0	100.0	

#### LAMA KALA II

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	4	11.4	11.4	11.4
2.00	27	77.1	77.1	88.6

	3.00	4	11.4	11.4	100.0
	<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**BBL**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	35	100.0	100.0	100.0

**RUPTUR PERINEUM**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	2	5.7	5.7	5.7
	2.00	8	22.9	22.9	28.6
	3.00	13	37.1	37.1	65.7
	4.00	12	34.3	34.3	100.0
	<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**Statistics Mobilisasi Dini**

		USIA	PEKERJAAN	PENDIDIKAN	PARITAS	LAMAKAN	BBL	RUPTUR
		AN	AN	KAN	AS	ALAI	BBL	R
N	Valid	35	35	35	35	35	35	35
	Missing	0	0	0	0	0	0	0

**USIA**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	12	34.3	34.3	34.3
	2.00	7	20.0	20.0	54.3
	3.00	15	42.9	42.9	97.1
	4.00	1	2.9	2.9	100.0
	<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**PEKERJAAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	13	37.1	37.1	37.1
	2.00	22	62.9	62.9	100.0
	<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**PENDIDIKAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	2	5.7	5.7	5.7

2.00	30	85.7	85.7	91.4
3.00	3	8.6	8.6	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**PARITAS**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	2	5.7	5.7	5.7
2.00	20	57.1	57.1	62.9
3.00	13	37.1	37.1	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**LAMA KALA II**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	3	8.6	8.6	8.6
2.00	30	85.7	85.7	94.3
3.00	2	5.7	5.7	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**BBL**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2.00	35	100.0	100.0	100.0

**RUPTUR PERINEUM**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	4	11.4	11.4	11.4
2.00	6	17.1	17.1	28.6
3.00	15	42.9	42.9	71.4
4.00	10	28.6	28.6	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**Statistics Kegel's Exercise**

		DILAKUKAN	TIDAK DILAKUKAN
N	Valid	35	35
	Missing	0	0

**DILAKUKAN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1.00	35	100.0	100.0	100.0

**TIDAK DILAKUKAN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	.00	35	100.0	100.0	100.0
-------	-----	----	-------	-------	-------

**Statistics Mobilisasi Dini**

		DILAKUKAN	TIDAK DILAKUKAN
N	Valid	35	35
	Missing	0	0

**DILAKUKAN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	35	100.0	100.0

**TIDAK DILAKUKAN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	35	100.0	100.0

**Pola Berkemih Kegels Exercise**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2-4 Jam Post Partum	29	82.9	82.9	82.9
	4-6 Jam Post Partum	3	8.6	8.6	91.4
	>6 Jam Post Partum	3	8.6	8.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

**Pola Berkemih Mobilisasi Dini**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2-4 Jam Post Partum	32	91.4	91.4	91.4
	4-6 Jam Post Partum	2	5.7	5.7	97.1
	>6 Jam Post Partum	1	2.9	2.9	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

**Test of Homogeneity of Variances**

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Usia	3.568	1	68	.063
Pekerjaan	.000	1	68	1.000
Pendidikan	.019	1	68	.890
Paritas	.396	1	68	.531
Lama Kala II	.450	1	68	.504
BBL	.	1	.	.
Ruptur perineum	.118	1	68	.732

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	70	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	70	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
1.978E-15	2

**pola bermiksi kegel's exercise \* pola bermiksi mobilisasi dini Crosstabulation**

Count

		pola bermiksi mobilisasi dini			Total
		2-4 jam post partum	4-6 jam post partum	>6 jam post partum	
pola bermiksi kegel's exercise	2-4 jam post partum	29	0	0	29
	4-6 jam post partum	1	2	0	3
	>6 jam post partum	2	0	1	3
Total		32	2	1	35

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	33.542 <sup>a</sup>	4	.000
Likelihood Ratio	16.657	4	.002
Linear-by-Linear Association	11.951	1	.001
N of Valid Cases	35		

a. 8 cells (88.9%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .09.