



doi: <http://dx.doi.org/10.25157/jkor.v9i2.11568>

Profil Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu Pada Siswa SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya

Alwi Awal Ramadhan¹, Risma², Terra Erlina³

^{1,2,3,4} Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Galuh, Ciamis, Indonesia

Email koresponden: alwiawalr@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to measure the flexibility of the arms and shoulders. The research method is surveys and test implementation techniques which are then measured. The research location is at SMK Negeri 1 Cikalong, Tasikmalaya Regency. The samples involved were students who took part in volleyball as many as 25 students. Sampling by means of total sampling. The measurement tools used are the static flexibility test-shoulder and wrist. Processing and analysis of statistical data is SPSS series 24 and percentages. The result is 1 person with a percentage value of 4% (less). 11 people the percentage value is 44% (moderate). 8 people with a percentage score of 32% (good). 4 people with a percentage score of 16% (very good). 1 person percentage value 4% (perfect). The overall average is 8.61. Conclusion: Male students at SMK Negeri 1 Cikalong, Tasikmalaya Regency, after going through a test measuring the flexibility of their arms and shoulders, are included in the average or good category.

Keywords: Shoulders, Flexibility, Arms, Measurements.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu. Metode penelitian yaitu survei dan teknik pelaksanaan tes yang selanjutnya dilakukan pengukuran. Lokasi penelitian di SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya. Sampel yang terlibat yaitu siswa yang mengikuti olahraga bolavoli sebanyak 25 siswa. Pengambilan sampel dengan cara *total sampling*. Alat ukur yang diterapkan adalah *static flexibility test-shoulder and wrist*. Pengolahan dan analisis data statistika adalah SPSS serie 24 dan persentase. Hasilnya 1 orang nilai persentase 4 % (kurang). 11 orang nilai persentase 44 % (sedang). 8 orang nilai persentase 32 % (baik). 4 orang nilai persentase 16 % (baik sekali). 1 orang nilai persentase 4 % (sempurna). Rata-rata keseluruhan yaitu 8,61. Kesimpulan: Siswa putra SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya setelah melalui tes pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu termasuk pada kategori *average* atau baik.

Kata Kunci: Bahu, Fleksibilitas, Lengan, Pengukuran.

Cara sitasi:

Ramadhan A.A. dkk (2023). Profil Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu Pada Siswa SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya. *Jurnal Keolahraagan*, 9(2), 97-106

Sejarah Artikel:

Submit: Agustus 2023, Revisions: September 2023, Accepted: Oktober 2023.



PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani tidak hanya kekuatan, kecepatan, power, dan masih banyak lagi. Kadang-kadang ada satu lagi yang hampir terlupakan bahkan sebagian orang berpendapat sering tidak dibahas pada pembuatan program latihan yaitu fleksibilitas karena mungkin dianggap bukan hal yang pokok karena selalu dilakukan pada bagian pendahuluan atau termasuk stretching atau pemanasan sebelum berlatih. Padahal fleksibilitas masuk pada komponen atau unsur kebugaran jasmani (Rohendi et al., 2020).

Fleksibilitas merupakan komponen kondisi fisik yang tidak dapat dikesampingkan, bahkan sebaliknya merupakan unsur yang memiliki pengaruh besar dalam beraktiitas fisik atau olahraga. Seseorang memiliki fleksibilitas rendah maka performa pergerakan akan terhambat bahkan bisa jadi berakibat cedera otot atau pun sendi. Untuk itu, sebelum melangkah lebih jauh lagi akan dijelaskan tentang fleksibilitas. Manfaat fleksibilitas yang maksimal bagi otot tubuh dan sendi yang terdiri dari menghindari timbulnya cedera, mengurangi nyeri otot, serta meningkatkan performa dalam setiap kegiatan olahraga terutama saat pergerakan yang sangat kuat dan cepat (Nelson & Kokkonen, 2007). Pengertian lain menjelaskan bahwa fleksibilitas yaitu kesanggupan dalam meregangkan otot dengan memanfaatkan sendi semaksimal mungkin (Aras et al., 2017).

Kata lain fleksibilitas yaitu kelentukan. Unsur kondisi fisik masih di anggap tidak terlalu pokok. Kelentukan yaitu kemampuan atlet atau seseorang terhadap gerakan di antara sendi dengan bantuan otot dan ligamen serta memanfaatkan pergerakan sendi secara maksimal (Suharti, 2016). Pendapat lain menyatakan bahwa kelentukan adalah memudahkan gerakan sendi yang dibantu oleh otot di sekitar sendi sehingga otot pergerakannya tidak kaku namun sebaliknya mampu bergerak secara leluasa (Usra, 2014).

Selanjutnya adalah cedera yang diakibatkan kurangnya kelentukan atau fleksibilitas otot di sekitaran sendi yang menyebabkan terjadinya cedera baik itu ringan atau pun berat seperti gerakan yang tidak terkontrol karena gerakan tersebut timbul secara mendadak karena kehilangan keseimbangan atau salah mendarat telapak kaki sehabis melakukan loncatan yang berakibat terkilir atau robeknya tendon atau ligamen (Setiawan, 2011). Dengan demikian, peregangan yang baik mampu mengurangi atau menghindari terjadinya cedera (Suharjana, 2013).

Hasil pengamatan penulis di lapangan pada siswa SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya yang tergabung pada ekstrakurikuler bolavoli hasil dari pemberian tes kelentukan togog rata-rata dapat dikatakan cukup baik. Akan tetapi tidak hanya pada bagian pinggang belakang saja karena berdasarkan karakteristik permainan olahraga bolavoli banyak yang harus dimiliki fleksibilitas pada beberapa bagian tubuh pemain seperti lengan. Lengan memiliki peran aktif dalam permainan olahraga bolavoli seperti pada penelitian terdahulu pada lengan harus memiliki kekuatan

dan kecepatan servis serta koordinasi mata, dan di dalam koordinasi faktor yang mendukung adanya koordinasi salah satunya adalah kelentukan atau fleksibilitas (Amrullah, 2022). Penelitian dari yang lain menyatakan bahwa dalam melakukan teknik smash atau spike dituntut seorang pemain harus memiliki strength lengan yang betul-betul sangat kuat dan cepat serta terarah dan memiliki tingkat fleksibilitas pergelangan tangan yang baik sehingga bola menuju ke arah yang diinginkan (Anggriawan, 2016).

Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis ingin mengetahui fleksibilitas siswa SMK Negeri 1 Cicalong Kabupaten Tasikmalaya yang tergabung pada ekstrakurikuler bolavoli yang akan di tes dan diukur yaitu fleksibilitas lengan dan bahu. Hal ini beralasan bahwa jarang sekali bahkan mungkin tidak ada sebelumnya penelitian tentang fleksibilitas lengan dan bahu dikarenakan siswa SMK Negeri 1 Cicalong Kabupaten Tasikmalaya yang tergabung pada ekstrakurikuler bolavoli belum pernah diberikan tes fleksibilitas lengan dan bahu, sedangkan yang biasa di tes fleksibilitas punggung belakang atau togog pun saat mengikuti pelajaran olahraga atau penjas (PJOK). Penulis berasumsi bahwa dengan mengetahui fleksibilitas lengan dan bahu tindak lanjutnya adalah memberikan masukan pada pelatih atau guru penjas di SMK Negeri 1 Cicalong Kabupaten Tasikmalaya agar secara rutin dan terprogram pelatihan fleksibilitas selalu diberikan karena memiliki manfaat yang sangat besar. Hasil penelitian menyebutkan beberapa manfaat fleksibilitas yang terdiri dari: menghindari cedera seperti cedera otot dan sendi, mendukung peningkatan beberapa komponen kondisi fisik seperti kekuatan, *speed*, *endurance*, *agility*, dan koordinasi, meningkatkan prestasi cabang olahraga prestasi, menurunkan energi saat adanya pergerakan sehingga efisien energi yang dikeluarkan, dan yang terakhir adalah memperbaiki sikap tubuh secara anatomis (Saputra, 2019).

Fleksibilitas sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor dan salah satunya adalah pengaruh usia. Pada usia anak tingkat fleksibilitas otot dan sendi sangat baik namun beranjak remaja dan dewasa tingkat fleksibilitas mulai menurun namun hal tersebut tergantung dari individunya masing-masing artinya apabila mulai dari usia anak sampai dewasa selalu melakukan olahraga dengan tidak mengesampingkan latihan fleksibilitas maka tingkat fleksibilitas terpelihara dengan baik, sebaliknya apabila kurang menyukai olahraga tingkat fleksibilitas akan menurun (Wijaya, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis merasa perlu dalam memberikan tes dan pengukuran fleksibilitas pada siswa SMK Negeri 1 Cicalong Kabupaten Tasikmalaya yang tergabung pada ekstrakurikuler bolavoli, hal ini karena beralasan bahwa apabila tidak diberikan tes fleksibilitas dalam hal ini adalah tes fleksibilitas lengan dan bahu maka siswa dan guru atau pelatih bolavoli tidak mengetahui data tingkat fleksibilitasnya didukung dengan pendapat bahwa semakin usia bertambah maka tingkat fleksibilitas mulai menurun.

Berdasarkan latar belakang di atas, akhirnya penulis mengajukan judul penelitian yang terfokus pada bidang kebugaran jasmani yaitu komponen kebugaran jasmani yaitu fleksibilitas yaitu, “Profil Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu Pada Siswa SMK Negeri 1 Kabupaten Tasikmalaya”.

METODE PENELITIAN

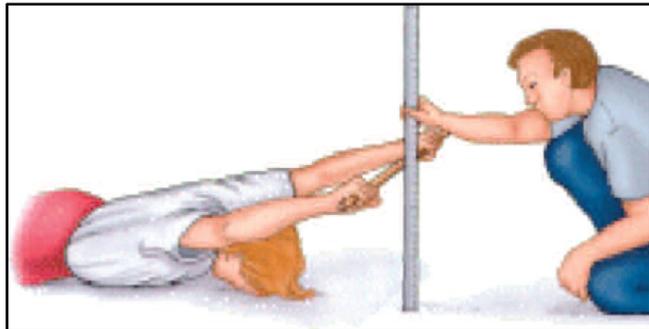
Bagian ini membahas tentang metode penelitian yang menerapkan metode survei yaitu langkah pertama memberikan tes fleksibilitas lengan dan bahu yaitu *static flexibility test-shoulder and wrist* (Mackenzie, 2005), selanjutnya seluruh siswa SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya berjumlah 25 orang tersebut setiap melakukan tes tersebut kemudian diukur sebagai data yang akan diolah menggunakan aplikasi analisis statistika SPSS serie 24 dan teknik persentase. Namun perlu diingat bahwa cara pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*.

Sebelum melakukan tes *static flexibility test-shoulder and wrist* terlebih dahulu disiapkan sarana prasarana penunjang seperti:

1. Gedung olahraga/lapangan olahraga
2. Batang Paralon Ø 25 mm x 50 cm
3. Mistar/Penggaris panjang 50 cm
4. Alat-alat tulis.
5. Beberapa siswa yang membantu dalam pelaksanaan tes.

Tahapan pelaksanaan tes *static flexibility test-shoulder and wrist* :

1. Seluruh siswa melaksanakan pemanasan selama 10 menit
2. Siswa berbaring tengkurap di lantai, dahi di lantai, dan lengan direntangkan memegang tongkat/paralon 50 cm dengan kedua tangan terbuka selebar bahu
3. Asisten mengukur dan mencatat panjang lengan atlet dari ekstremitas akromial ke tongkat
4. Siswa mengangkat tongkat/paralon setinggi mungkin sambil menjaga dahi mereka tetap di tanah
5. Asisten mengukur dan mencatat jarak vertikal dari tanah ke dasar tongkat
6. Ulangi pengujian 3 kali dengan merekam jarak vertikal yang dicapai
7. Asisten mengurangi jarak vertikal terpanjang yang tercatat dari panjang lengan yang tercatat, dan hasilnya digunakan untuk menilai performa atlet.
8. Hasil tersebut dimasukkan pada aplikasi pengukuran fleksibilitas *static flexibility test-shoulder and wrist*.



Gambar 1. *Static Flexibility Test-Shoulder and Wrist*
 Sumber: (Mackenzie, 2005)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian pembahasan ini akan menjelaskan tentang hasil dari data yang sudah dikumpulkan kemudian dimasukkan pada aplikasi SPSS serie 24 bertujuan untuk mengetahui beberapa item yang dibutuhkan kemudian pengambilan persentase dengan tujuan untuk mengetahui seberapa banyak siswa yang masuk pada norma fleksibilitas.

1. Deskripsi Data

Deskripsi data menyajikan hasil pengolahan data secara deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dan grafik diagram di bawah ini.

Tabel 1
Deskripsi Data Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu

Kelompok Sampel	N	Rata-Rata	Standar Deviasi	Varians	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi
Putra	25	8,61	2,29	5,25	5,71	12,63

Dari tabel 1 dapat diketahui nilai rata-rata tes fleksibilitas lengan dan bahu untuk siswa putra adalah 8,61 cm. Standar deviasi adalah 2,29. Varians adalah 5,25. Sedangkan nilai fleksibilitas lengan dan bahu yang paling rendah adalah 5,71 cm dan nilai fleksibilitas lengan dan bahu yang paling tinggi adalah 12,63.

2. Uji Normalitas

Bagian uji normalitas ini bertujuan agar diketahui data hasil tes fleksibilitas dari 25 orang siswa termasuk normal atau tidak normal. Untuk itu untuk dapat diketahui melalui proses analisis data tersebut pada aplikasi SPSS serie 24. Artinya dapat dikatakan bahwa data tersebut memiliki fleksibilitas sama atau tidak sama.

Tabel 2
Data Uji Normalitas Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu

Kategori	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Putra	0.164	25	0.082

Berdasarkan kriteria keputusan dan uji kenormalan dari tabel 2 dan diketahui bahwa data dari tes fleksibilitas lengan dan bahu untuk adalah 0.082 artinya data tersebut normal karena > 0.05 dari tabel hasil uji normalitas *shapiro-wilk*. Sebenarnya penulis memilih *shapiro-wilk* di karenakan jumlah sampel yang dipergunakan 30 ke bawah. Sehingga penulis menggunakan data berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel *shapiro-wilk*. Berikutnya adalah data hasil uji normalitas untuk putra yang dapat dilihat tabel di bawah ini.

3. Fleksibilitas Lengan dan Bahu

Langkah selanjutnya adalah Hasil pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu dari masing-masing siswa putra dan putri berdasarkan tes dan pengukuran fleksibilitas dari Mackenzie (2003) yaitu *static flexibility test – shoulder and wrist*. Hasil tes dan pengukurannya dapat dilihat pada tabel 4.4. di bawah ini.

Tabel 3
Daftar Hasil Pengukuran Fleksibilitas Lengan dan Bahu Untuk Putra

No	Subjek	Jenis kelamin	Usia	Fleksibilitas Lengan dan Bahu Hasil	Kategori
1	A	Putra	10	11,35	Baik
2	B	Putra	10	7,10	Sedang
3	C	Putra	9	11,55	Baik Sekali
4	D	Putra	10	6,30	Sedang
5	E	Putra	11	11,80	Baik Sekali
6	F	Putra	9	9,10	Baik
7	G	Putra	9	11,60	Baik Sekali
8	H	Putra	10	6,15	Sedang
9	I	Putra	10	5,71	Kurang
10	J	Putra	10	11,83	Baik Sekali
11	K	Putra	9	12,63	Sempurna
12	L	Putra	11	9,04	Baik
13	M	Putra	11	7,41	Sedang
14	N	Putra	9	10,45	Baik
15	O	Putra	9	9,32	Baik
16	P	Putra	10	6,13	Sedang
17	Q	Putra	9	6,22	Sedang
18	R	Putra	10	10,45	Sedang
19	S	Putra	11	6,23	Sedang
20	T	Putra	11	8,12	Sedang
21	U	Putra	10	6,05	Sedang
22	V	Putra	10	9,21	Baik
23	W	Putra	11	7,21	Baik
24	M	Putra	10	8,31	Baik
25	Y	Putra	10	6,10	Sedang



Tabel 3 memperlihatkan bahwa dari seluruh siswa yang berjumlah 25 orang putra memiliki fleksibilitas lengan dan bahu yang beragam dan masuk pada kategori kurang, sedang, baik, baik sekali, dan sempurna. Berikut adalah pengelompokan berdasarkan persentase banyaknya dari lima kategori yang dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4
Persentase Fleksibilitas Lengan dan Bahu Pada Putra

No	Kategori	Banyak	Persentase (%)	Keterangan
1	Sempurna	1	4 %	Rata rata adalah 8,61
2	Baik Sekali	4	16 %	
3	Baik	8	32 %	
4	Sedang	11	44 %	
5	Kurang	1	4 %	
Total			100%	

Berdasarkan tabel 4 bahwa persentase dari ke-lima kategori terdiri dari kategori kurang berjumlah 1 orang siswa dengan persentase 4 %. Pada kategori sedang berjumlah 11 orang siswa dengan persentase 44 %. Pada kategori baik berjumlah 8 orang siswa dengan persentase 32 %. Pada kategori baik sekali yang berjumlah 4 orang siswa dengan persentase 16 %. Terakhir adalah kategori sempurna yang berjumlah 1 orang dengan persentase 4 %. Rata-rata dari keseluruhan siswa dapat dilihat pada kolom keterangan yaitu 8,61. Untuk mengetahui rata-rata masuk pada salah satu kategori dilihat pada norma tabel 4.6. di bawah ini.

Tabel 5
Norma Fleksibilitas Lengan dan Bahu

Rating	Men	Women
Excellent	> 12,50	> 11,75
Good	12,50 – 11,50	11,75 – 10,75
Average	11,49 – 8,25	10,74 – 7,50
Fair	8,24 – 6,00	7,49 – 5,50
Poor	< 6,00	< 5,50

Sumber: (Mackenzie, 2005)

Berdasarkan tabel 5 pada norma rata-rata fleksibilitas lengan dan bahu pada siswa putra adalah 8,61 masuk pada kategori baik/*average*.

Pembahasan penelitian akan dijelaskan di bawah ini.

1. Berdasarkan deskripsi putra terlihat bahwa nilai yang paling rendah ada pada siswa putra untuk pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu adalah 5,71 cm dan pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu yang paling tinggi adalah 12,63 cm. Kesimpulannya bahwa siswa putra pada pengukuran fleksibilitas lengan dan bahu yang rendah dan tinggi dapat dikatakan sama dan seimbang pada norma baik (*average*).

2. Berdasarkan hasil uji normalitas terlihat bahwa seluruh sampel penelitian pada siswa putra memiliki data berdistribusi normal karena datanya lebih besar dari 0.05 yaitu 0.421 artinya bahwa siswa putra yang dijadikan sampel penelitian memiliki kemampuan yang rata-rata sama serta memiliki fleksibilitas lengan dan bahu yang sama.
3. Berdasarkan tabel 4 bahwa persentase dari ke-lima kategori terdiri dari kategori kurang berjumlah 1 orang siswa dengan persentase 4 %. Pada kategori sedang berjumlah 11 orang siswa dengan persentase 44 %. Pada kategori baik berjumlah 8 orang siswa dengan persentase 32 %. Pada kategori baik sekali yang berjumlah 4 orang siswa dengan persentase 16 %. Terakhir adalah kategori sempurna yang berjumlah 1 orang dengan persentase 4 %. Rata-rata dari keseluruhan siswa dapat dilihat pada kolom keterangan yaitu 8,61.

KESIMPULAN

Tingkat fleksibilitas siswa SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya yang tergabung pada ekstrakurikuler bolavoli yang diberikan tes lengan dan bahu masuk pada norma average (cukup).

REKOMENDASI

Penelitian fleksibilitas ini dapat diharapkan agar fleksibilitas atau kelentukan tubuh tidak hanya diterapkan pada bagian pinggang belakang saja atau togog, karena tubuh bagian lain pun ikut berperan aktif dalam pergerakan atau mobilitas tubuh khususnya pada olahraga bolavoli yang senantiasa melakukan serangan menggunakan ke-dua lengan sehingga perlunya tes fleksibilitas lengan dan bahu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMK Negeri 1 Cikalong Kabupaten Tasikmalaya yang sudah memberikan izin sebagai lokasi penelitian beserta siswanya tanpa ada kendala apapun.

DAFTAR PUSTAKA

Amrullah, O. Z. (2022). Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi matatangan dengan Ketepatan Servis Atas Bola voli siswa Kelas XI Jurusan Pedalangan di SMK Negeri 1 Kasihan Bantul tahun ajaran 2021/2022 [Universitas Negeri Yoyakarta]. In *Universitas Negeri Yogyakarta*. http://eprints.uny.ac.id/75748/1/fulltext_oris_zuhdi_amrullah_18601244040.pdf

- Anggriawan, R. D. (2016). Kontribusi Power Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan dan Fleksibilitas Pergelangan tangan Terhadap Kemampuan Smash Pada Pemain Bolavoli. *Jurnal Kesehatan*, 06(02), 318–326. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/17796>
- Aras, D., Arsyad, A., & Hasbiah, N. (2017). Hubungan Antara Fleksibilitas Dan Kekuatan Otot. *Jurnal MKMI*, 13(4), 380–385. <https://media.neliti.com/media/publications/267618-none-f47d742d.pdf>
- Mackenzie, B. (2005). *101 Performance Evaluation tests* (B. Mackenzie (ed.); First). jonathan.pye@electricwordplc.com. %0A101 evaluation testsshahroodut.ac.ir
- Nelson, A. G., & Kokkonen, J. (2007). Stretching anatomy. In M. Barnard (Ed.), *East* (First). Human Kinetics. www.HumanKinetics
- Rohendi, A., Rustiawan, H., & Maryati, S. (2020). Hubungan Persentase Lemak Tubuh Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(1), 1–8. <http://dx.doi.org/10.25157/wa.v7i1.3068>
- Saputra, I. (2019). *Latihan Fleksibilitas dan Keseimbangan Cabang Olahraga Taekwondo* [Universitas Negeri Yogyakarta]. http://eprints.uny.ac.id/63985/1/SKRIPSI_ilham_saputra.pdf
- Setiawan, A. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 94–98. <http://journal.unnes.ac.id/>
- Suharjana, F. (2013). Perbedaan Pengaruh Hasil Latihan Peregangan Statis Dan Dinamis Terhadap Kelentukan Togok Menurut Jenis Kelamin Anak Kelas 3 Dan 4 Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1), 38–46. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/3061/2552>
- Suharti. (2016). Perkembangan Gerak Kelentukan (Flexybility). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 3(2), 519–525. <https://karyailmiah.unipasby.ac.id/wp-content/uploads/2017/09/GELORA.pdf>
- Usra, M. (2014). Aplikasi Aktivitas Fisik Siswa SD Sebagai Upaya Peningkatan Kebugaran Jasmani. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(August), 1–14. https://repository.unsri.ac.id/16418/2/Meirizal_Usra_Jurnal_PGSD_2014_7.pdf
- Wijaya, A. (2020). Fleksibilitas Siswa Sekolah Dasar. *Indonesian Journal of Primary Education*, 4(1), 118–123. <https://ejournal.upi.edu/index.php/IJPE/article/view/25136>

