

**PEMBINAAN SPRITUAL BAGI REMAJA DI GEREJA HKBP SIMPANG
DOLOK SINUMBAH**

**Afni Sridefi Pardede¹, Benita Ariany Nainggolan², Marta Angelina Pasaribu³,
Mawar Tini Siallagan⁴, dan Damayanti Nababan⁵**

Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Tarutung

benitanainggolan2020@gmail.com

Abstrak

Saat ini pembinaan gereja bagi kaum muda sangat perlu ditingkatkan. Dengan gereja yang menyediakan program untuk kaum muda. Gereja adalah tempat yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan iman bahkan akhlak kaum muda. Peran gereja sangat dibutuhkan dalam membina generasi muda agar tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar yang berdampak buruk bagi perkembangan dan masa depan remaja. Kondisi lingkungan berpengaruh terhadap kepribadian remaja yaitu kemampuan menyesuaikan diri dengan orang lain, kondisi emosi yang baik, disiplin, santun dan rasa tanggung jawab. Adanya pembinaan bagi remaja yang dilakukan oleh pihak gereja dapat membantu dan memberikan solusi agar remaja tetap berada pada jalan yang benar dan tidak kehilangan tujuan hidup.

Kata Kunci : Pembinaan Spiritual, Gereja

PENDAHULUAN

Pembinaan warga gereja khususnya remaja merupakan salah satu upaya konkret gereja dalam melaksanakan tugas pemberdayaan remaja, baik yang bersifat teologis maupun yang bersifat praktis dan relevan. Pembinaan gereja pada remaja perlu diperhatikan. Hal ini tidak saja terkait dengan posisi strategis remaja dalam pembangunan, tetapi juga terkait dengan posisi mereka sebagai generasi penerus yang akan melanjutkan perjuangan pendahulu untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Persoalannya, remaja usia 10-24 tahun, pada umumnya memiliki banyak persoalan terutama terkait dengan pergaulan dengan teman sebaya dan lingkungannya. Banyak remaja yang tidak siap menghadapi kenyataan sehingga tidak sedikit remaja yang mengalami kebingungan saat mengambil keputusan karena secara kejiwaan juga belum siap.

Oleh karena itu pentingnya gereja untuk remaja yang membutuhkan sandaran untuk berkomunikasi, berbagi, dan berpijak. Manakala orangtua kurang peduli pada anak

remajanya, maka sang remaja akan banyak menumpahkan persoalannya kepada teman sebayanya di sinilah persoalannya. Ketika teman sebayanya merupakan teman-teman yang baik-baik moralitas, sikap dan perilakunya, hal ini tidak menjadi masalah. Masalahnya kalau teman sebayanya merupakan teman yang buruk baik moralitas, sikap maupun perilakunya, mereka akan mudah terpengaruh. Belum lagi saat ini pengaruh media terutama televisi dan internet juga sangat besar. Kasus-kasus terkait Triad KRR di mana remaja terlibat dalam pergaulan bebas, penyalahgunaan narkoba dan terinfeksi HIV dan AIDS, biasanya akar persoalannya berawal dari pergaulan remaja dengan teman sebayanya yang didukung oleh buruknya komunikasi antara orangtua dan anak.

Mengatasi persoalan tersebut, maka sangat dibutuhkan peran keluarga, masyarakat dan juga menjadi salah satu tanggung jawab gereja untuk melakukan pembinaan pada remaja. Pembinaan ini menyangkut tentang bagaimana menghadirkan Tuhan dalam hidup kita dengan demikian Tuhan memberikan Roh Kudus untuk mengajar. Mendidik, menuntun dan sebagainya dengan demikian remaja dapat hidup di jalan yang benar, tidak menyimpang, dan juga remaja mampu bersikap dan berperilaku yang bijak. Oleh karena itu, tanggung jawab pembinaan bukan hanya pemerintah saja tetapi juga seluruh komponen masyarakat termasuk tokoh agama.

Peran gereja dalam melakukan pembinaan kepada remaja dengan melakukan seminar terbuka yang membahas tentang pergaulan remaja masa kini yang dapat merusak moral. Bukan hanya itu dalam melakukan ibadah-ibadah pemuda pembahasan mengenai gaya hidup seorang remaja sebaiknya di paparkan dalam bentuk pengajaran untuk tidak terjerumus dalam pergaulan bebas. Gereja juga bisa melaksanakan kunjungan untuk lebih membangun diri remaja dan juga melakukan ibadah saat teduh agar lebih memudahkan seorang remaja mendalami dan menghayati apa yang sebenarnya sedang ia alami sehingga menumbuhkannya masuk dalam kedewasaan dalam Kristus.

Gereja juga harus menjadi teladan bagi remaja yang diawali dari pemimpin gereja dan pengurus gereja. Gaya hidup yang sangat mudah untuk mempengaruhi seorang remaja sebaiknya di tuntun untuk lebih berhati-hati. Seorang remaja dengan gaya hidup yang mengikuti tren bisa menjadi jaminan bagi dirinya agar lebih dikenal oleh orang lain. Dengan melakukan gaya hidup mewah maka ia akan di pandang sebagai sesuatu yang berharga. Tantangan yang dialami remaja sangatlah melekat.

Gereja adalah sebuah komunitas yang dipersatukan oleh Tuhan Yesus Kristus diberi kuasa untuk menjadi saksi, agen dan teladan di dalam dunia. Allah telah memanggil satu umat ke dalam satu tubuh. Dalam rana itu, gereja sebagai mandat Tuhan untuk menyatakan kasih dan keadilan Allah di tengah-tengah situasi dan kondisi yang tidak terpola pada pola kasih dan keadilan Allah yakni pada pola konsistensi kasih dan keadilan Allah yang diimplementasikan secara seimbang. Akan tetapi fakta membuktikan bahwa gereja cenderung tertutup dan tidak mempraktekkan kasih dan keadilan Allah terhadap internal gerejanya yaitu terhadap jemaat, antara organisasi gereja yang satu dengan organisasi gereja lain, maupun terhadap lingkungan dimana gereja berada. (Illu & Masihoru, 2020)

Dengan demikian penulis mengangkat judul “Upaya Pembinaan Spiritual Bagi Remaja di Gereja” supaya gereja semakin memberikan perhatian khusus bagi warga gereja terkhusus bagi remaja agar dapat menjadikan remaja yang bijak dalam menghadapinya situasi kehidupannya dan menyediakan program khusus bagi kaum Remaja.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan kepustakaan. Penelitian kepustakaan merupakan suatu jenis penelitian yang digunakan dalam pengumpulan informasi dan data secara mendalam melalui berbagai literatur, buku, catatan, majalah referensi lainnya, serta hasil penelitian sebelumnya yang relevan, untuk mendapatkan jawaban dan landasan teori mengenai masalah yang akan diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Pembinaan Spiritual

Pembinaan adalah suatu usaha atau kegiatan yang mengarah kepada kebaikan hal yang dibina sehingga diharapkan menjadi lebih baik. Pembinaan dapat juga berarti poses melakukan kegiatan membina atau membangun sesuatu. Dalam pembinaan ini tampak atau identik dalam perubahan, bergantung obyek yang bina, tentu saja perubahan yang mengacu kepada peningkatan menuju ke yang lebih baik.

Menurut Mitha Thoha pembinaan adalah Suatu tindakan, proses, hasil, atau pernyataan yang lebih baik. Dalam hal ini menunjukkan adanya kemajuan, peningkatan pertumbuhan, evolusi atas berbagai kemungkinan, berkembang atau peningkatan atas sesuatu. Ada dua unsur dari definisi pembinaan yaitu: *Pertama*, pembinaan itu bisa berupa suatu tindakan, proses, atau pernyataan tujuan. *Kedua*, pembinaan bisa menunjukan kepada perbaikan atas sesuatu. menurut Poerwadarmita pembinaan adalah suatu usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna berhasil guna untuk memperoleh hasil yang lebih baik.

Secara umum pembinaan disebut sebagai sebuah perbaikan terhadap pola kehidupan yang direncanakan. Setiap manusia memiliki tujuan hidup tertentu dan ia memiliki keinginan untuk mewujudkan tujuan tersebut. Apabila tujuan hidup tersebut tidak tercapai maka manusia akan berusaha untuk menata ulang pola kehidupannya. Pengertian Pembinaan Menurut Psikologi Pembinaan dapat diartikan sebagai upaya memelihara dan membawa suatu keadaan yang seharusnya terjadi atau menjaga keadaan sebagaimana seharusnya. Dalam manajemen pendidikan luar sekolah, pembinaan dilakukan dengan maksud agar kegiatan atau program yang sedang dilaksanakan selalu sesuai dengan rencana atau tidak menyimpang dari hal yang telah direncanakan. Dalam pelaksanaan konsep pembinaan hendaknya didasarkan pada hal bersifat efektif dan pragmatis dalam arti dapat memberikan pemecahan persoalan yang dihadapi dengan sebaik- baiknya, dan pragmatis dalam arti mendasarkan fakta-fakta yang ada sesuai dengan kenyataansehingga bermanfaat karena dapat diterapkan dalam praktek. (Fachruddin, 2019)

Pengertian Remaja

Pengertian remaja adalah seseorang yang berada dalam masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja umumnya terjadi dalam rentang usia 10-24 tahun, dan dibagi menjadi tiga tahapan perkembangan.

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Undang-undang perkawinan mengenal konsep “remaja” walaupun secara tidak terbuka. Usia minimal untuk suatu perkawinan menurut undang-undang tersebut adalah 16 tahun untuk wanita dan 19 tahun untuk pria (Pasal 7 UU No. 1/1974 tentang perkawinan).

Disisi lain, remaja telah mencapai tahap pemikiran formal yaitu mampu berpikir dengan bebas, kritis, logis dan induktif, maka gereja hendaknya banyak mencurahkan perhatian dan pekerjaan kepada remaja, supaya mereka jangan membelakangi gereja dimana gereja perlu merancang dan mengelola program pengajarannya. Sehingga remaja sebagai generasi penerus bagi gereja diharapkan memiliki keterampilan, pengetahuan dalam berbagai segi untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan dan mewujudkan tugas panggilannya sebagai pengikut Kristus.

Penyebab kenakalan Remaja

Banyak faktor yang melatar belakangi terjadinya kenakalan remaja. Berbagai faktor yang ada tersebut dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor Internal:

a. Krisis identitas

Perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. Pertama, terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya. Kedua, tercapainya identitas peran. Kenakalan remaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua.

b. Kontrol diri yang lemah

Remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya.

Faktor Eksternal:

a. Keluarga

Kurangnya perhatian dari orang tua, serta kurangnya kasih sayang. Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memberikan fondasi primer bagi perkembangan anak. Sedangkan lingkungan sekitar dan sekolah ikut memberikan nuansa pada perkembangan anak. Karena itu baik-buruknya struktur keluarga dan masyarakat sekitar memberikan pengaruh baik atau buruknya pertumbuhan kepribadian anak.

Keadaan lingkungan keluarga yang menjadi sebab timbulnya kenakalan remaja seperti keluarga yang broken-home, rumah tangga yang berantakan disebabkan oleh

kematian ayah atau ibunya, keluarga yang diliputi konflik keras, ekonomi keluarga yang kurang, semua itu merupakan sumber yang subur untuk memunculkan delinkuensi remaja. (SUMARA et al., 2017)

Faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja antara lain:

1. Anak kurang mendapatkan perhatian, kasih sayang dan tuntunan pendidikan orang tua, terutama bimbingan ayah, karena ayah dan ibunya masing-masing sibuk mengurus permasalahan serta konflik batin sendiri
2. Kebutuhan fisik maupun psikis anak-anak remaja yang tidak terpenuhi, keinginan dan harapan anak-anak tidak bisa tersalurkan dengan memuaskan, atau tidak mendapatkan kompensasinya
3. Anak tidak pernah mendapatkan latihan fisik dan mental yang sangat diperlukan untuk hidup normal, mereka tidak dibiasakan dengan disiplin dan kontrol-diri yang baik. Maka dengan demikian perhatian dan kasih sayang dari orang tua merupakan suatu dorongan yang berpengaruh dalam kejiwaan seorang remaja dalam membentuk kepribadian serta sikap remaja sehari-hari. Jadi perhatian dan kasih sayang dari orang tua merupakan faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja.

b. Minimnya pemahaman tentang keagamaan

Dalam kehidupan berkeluarga, kurangnya pembinaan agama juga menjadi salah satu faktor terjadinya kenakalan remaja. Dalam pembinaan moral, agama mempunyai peranan yang sangat penting karena nilai-nilai moral yang datangnya dari agama tetap tidak berubah karena perubahan waktu dan tempat. Pembinaan moral ataupun agama bagi remaja melalui rumah tangga perlu dilakukan sejak kecil sesuai dengan umurnya karena setiap anak yang dilahirkan belum mengerti mana yang benar dan mana yang salah, juga belum mengerti mana batas-batas ketentuan moral dalam lingkungannya.

c. Pengaruh dari lingkungan sekitar,

Pengaruh budaya barat serta pergaulan dengan teman sebayanya yang sering mempengaruhinya untuk mencoba dan akhirnya malah terjerumus ke dalamnya. Lingkungan adalah faktor yang paling mempengaruhi perilaku dan watak remaja. Jika dia hidup dan berkembang di lingkungan yang buruk, moralnya pun akan seperti itu adanya. Sebaliknya jika ia berada di lingkungan yang baik maka ia akan menjadi baik pula. Di dalam kehidupan bermasyarakat, remaja sering melakukan keonaran dan mengganggu ketentraman masyarakat karena terpengaruh dengan budaya barat atau pergaulan dengan

teman sebayanya yang sering mempengaruhi untuk mencoba. Sebagaimana diketahui bahwa para remaja umumnya sangat senang dengan gaya hidup yang baru tanpa melihat faktor negatifnya, karena anggapan ketinggalan zaman jika tidak mengikutinya.

d. Tempat pendidikan

Tempat pendidikan, dalam hal ini yang lebih spesifiknya adalah berupa lembaga pendidikan atau sekolah. Kenakalan remaja ini sering terjadi ketika anak berada di sekolah dan jam pelajaran yang kosong. Belum lama ini bahkan kita telah melihat di media adanya kekerasan antar pelajar yang terjadi di sekolahnya sendiri. Ini adalah bukti bahwa sekolah juga bertanggung jawab atas kenakalan dan dekadensi moral yang terjadi di negeri ini. (SUMARA et al., 2017)

e. Media Massa

Media massa – yang terdiri atas media cetak (surat kabar, majalah, tabloid) maupun elektronik (radio, televisi, video, film, piringan hitam, kaset, compact disk, atau internet) – merupakan bentuk komunikasi yang menjangkau orang banyak dengan mudah dan murah. Media massa berpengaruh terhadap perilaku masyarakat. Peningkatan teknologi yang memungkinkan peningkatan kualitas pesan serta peningkatan pengenalan masyarakat pun memberikan peluang bagi media massa untuk berperan dalam pembentukan watak/karakter individu. Seperti contoh diatas, dimana ia mencoba meniru perbuatan perkosaan yang ia lihat di televisi (Taufiqrianto Dako, 2004)

Upaya Pembinaan Spritual bagi Remaja

Adapun beberapa upaya yang dilakukan gereja untuk membina spritualitas para remaja Kristen yaitu:

Pertama, pendidikan agama Kristen bagi remaja. Robert I. Browning mengatakan bahwa Pendidikan Agama Kristen bagi remaja merupakan suatu upaya untuk menolong para remaja dalam menemukan kepribadian yang tepat dan menerima tanggung jawab dan nilai yang jelas bagi diri mereka sendiri. Dengan ini maka remaja harus dibentuk dalam pengajaran Kristen atau nilai-nilai Kristen yang berdasarkan pada Alkitab. Sehingga mereka dapat mendengar Injil atau kabar baik/kabar keselamatan, mengalami maknanya, menyadari kasih Allah dalam hidupnya dan meresponnya dalam iman dan kasih (Pasande, 2020, hal. 158-159). Pada masa remaja peran gereja sangat dibutuhkan bagi remaja melalui bimbingan Pendidikan Agama Kristen agar mereka bisa mengetahui

tentang nilai-nilai kekristenan dan tujuan dari Pendidikan Agama Kristen bagi remaja yaitu untuk menjadi remaja yang bertumbuh dalam Iman.

Kedua, Pelayanan pastoral konseling. Pelayanan pastoral konseling bagi gereja merupakan cara bagi hamba Tuhan (pelayan) untuk memulihkan orang yang membutuhkan nasihat secara pribadi. Untuk itu gereja dalam hal ini melakukan pelayanan pastoral yang berlandaskan pada pemikiran teologi bagi remaja agar dapat menjawab setiap masalah yang dialaminya, dan gereja harus memikirkan persoalan dan penyelesaikan untuk mengatasi masalah yang dialami oleh remaja.

Ketiga, seminar iman Kristen. Seminar iman Kristen merupakan bentuk pengajaran yang berdasarkan atas nilai-nilai Kekristenan. Seminar ini dibuat oleh Gereja dan ditujukan kepada dua ketegorial, yaitu pemuda dan orang tua. Pertama, seminar Iman Kristen kepada pemuda, tema-tema yang diseminarkan adalah yang berkaitan dengan kehidupan pemuda seperti dampak dari pergaulan bebas, masalah narkoba dan pacaran menurut nilai-nilai kekristenan dan mengajarkan gaya hidup remaja Kristen. Gereja pun harus melakukan kunjungan bagi anak muda yang mengalami masalah dengan mendoakan dan memberikan jalan keluar. Kedua, seminar iman Kristen kepada orang tua. Seminar kepada orang tua mengundang orang tua remaja dengan membahas beberapa topik seperti pemuda dan lingkungan, pentingnya pendidikan orang tua untuk anaknya, dan tanggung jawab orang tua kepada anaknya dalam mendidik (Nurwindayanti, 2019, hal. 272-273). Gereja harus mendidik dan mengajarkan firman Tuhan, karena remaja harus hidup dan dididik berdasarkan nilai-nilai kekristenan yang berlandaskan Alkitab sebagai pedoman hidup.

Keempat, komunitas tumbuh bersama. Komunitas tumbuh bersama (KTB) merupakan sekelompok orang yang menyadari akan kasih karunia Allah dalam hidup ini. Komunitas ini kemudian bertemu untuk belajar firman Tuhan atau pendalaman Alkitab (PA), berbagi pengalaman, saling mendukung dan mendoakan dalam pemulihan karakter yang lebih baik dan bertumbuh sesuai dengan nilai-nilai kekristenan. Secara teoritis, komunitas tumbuh bersama (KTB) berfungsi sebagai pemuridan yang bertujuan agar anggota kelompok dapat menyadari kasih karunia Allah melalui pendalaman Alkitab, kemudian berbagi pengalaman, memberikan dukungan dan doa. melalui komunitas tumbuh bersama (KTB) ini, pemuda kristen juga dapat diarahkan untuk terus bertumbuh dengan karakter yang mengarah kepada Kristus. (Sitoki et al., 2021)

KESIMPULAN

Upaya pembinaan spiritual bagi remaja di gereja sangat penting untuk dilakukan demi mendewasakan iman mereka. Pembinaan adalah tindakan yang dilakukan agar orang lebih baik tingkah lakunya seperti tulisan kitab Amsal 22:6 “didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya maka pada masa tuanya pun ia tidak menyimpang dari ajaran nilai-nilai Kristen. Maka dari itu bahwa, Pembinaan terhadap remaja haruslah diarahkan kepada pembentukan jati diri dan meletakkan dasar kemandirian dan mau menerima dan menghargai diri sendiri sebagai anugerah Allah, Karena Tujuan akhir dari Pembinaan Warga Gereja adalah untuk menyempurnakan setiap anak Tuhan dalam watak dan sikap sampai menjadi serupa dengan Kristus.

Pembinaan dapat juga berarti poses melakukan kegiatan, Kenakalan remaja merupakan perbuatan atau tingkah laku yang dilakukan oleh orang remaja baik secara sendiri maupun kelompok yang sifatnya melanggar ketentuan-ketentuan hukum, moral, dan sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat. Pelayanan pastoral konseling bagi gereja merupakan cara bagi hamba Tuhan (pelayan) untuk memulihkan orang yang membutuhkan nasihat secara pribadi. Komunitas tumbuh bersama (KTB) merupakan sekelompok orang yang menyadari akan kasih karunia Allah dalam hidup ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Eliasa, E. I. (2011). Kenakalan remaja, penyebab dan solusinya. *PPL-KKN Di SMK Muhammadiyah*, 1–7.
- Fachruddin, A. (2019). *Jurnalism Today*. 11–31.
- Firdaus, A. M. Yunanta, & Hidayati, E. (2019). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan Napza Di Sekolah Menengah Atas Di Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26714/jkj.6.1.2018.1-7>
- Fonna, R. C. (2018). Gambaran Kenakalan Remaja pada Siswa di SMA Negeri 9 Banda Aceh. *Jurnal Serambi PTK*, 5(2), 58–64.
- Illu, W., & Masihoru, O. (2020). Upaya Gereja Dalam Pembinaan Usia Remaja Yang Melakukan Hubungan “Free Seks.” *Missio Ecclesiae*, 9(1), 1–19. <https://doi.org/10.52157/me.v9i1.120>
- Sitoki, P. S., Yokiman, J., & Bulan, N. L. (2021). Tantangan Gereja Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja Kristen Di Gabk Bukit Moria Mangais. *Jurnal Misioner*, 1(2), 206–225. <https://doi.org/10.51770/jm.v1i2.18>
- SUMARA, D. S., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Syaparuddin, S., & Elihami, E. (2020). PENINGKATAN KECERDASAN EMOSIONAL

(EQ) DAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA SEKOLAH DASAR SD NEGERI 4 BILOKKA SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KUALITAS DIRI DALAM PROSES PEMBELAJARAN PKn. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 11–29. <https://doi.org/10.33487/mgr.v1i1.325>

Tari, E., & Tafonao, T. (2019). Tinjauan Teologis-Sosiologis terhadap Pergaulan Bebas Remaja. *DUNAMIS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani*, 3(2), 199. <https://doi.org/10.30648/dun.v3i2.181>

Taufiqianto Dako, R. (2004). Kenakalan Remaja. *Jurnal Inovasi*, 9(2), 1–7.

Wahidin, U. (2017). Pendidikan Karakter Bagi Remaja. *Edukasi Islami : Jurnal Pendidikan Islam*, 2(03). <https://doi.org/10.30868/ei.v2i03.29>