

## Gambaran Kadar Kalsium Urin Pada Wanita

### Peminum Kopi Hitam

Vivi Pratika<sup>1</sup>, Herlisa Anggraini<sup>2</sup>, Tulus Ariyadi<sup>2</sup>

1. Program Studi D-III Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang
2. Laboratorium Patologi Klinik Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang

#### ABSTRAK

Kalsium adalah mineral penting dalam tubuh yang berperan untuk mempertahankan tulang dan gigi, mencegah *osteoporosis*. Konsumsi kafein yang tidak disertai asupan kalsium yang cukup, mengakibatkan penurunan cadangan jumlah kalsium didalam tulang pada wanita. Wanita memiliki kepadatan tulang yang lebih rendah dibandingkan pria. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kadar kalsium urin pada wanita peminum kopi hitam. Jenis penelitian ini adalah deskriptif, populasi penelitian adalah wanita peminum kopi hitam di Legoksari, RT 01 RW 02 Kelurahan Ungaran, Kab. Semarang. Sampel penelitian diambil secara total populasi sebanyak 15 orang. Metode pemeriksaan kalsium urin dengan metode Arsenazo III. Hasil dari penelitian menunjukkan kadar kalsium urin 80 % masih dalam batas normal. Karena konsumsi kafein masih dalam batas aman dan diimbangi dengan asupan sayuran dan susu.

Kata kunci : Kalsium urin, Wanita Peminum Kopi Hitam

## **Picture of Women in Urine Calcium Content**

### **Black Coffee Drinker**

Vivi Pratika<sup>1</sup>, Herlisa Anggraini<sup>2</sup>, Tulus Ariyadi<sup>2</sup>

1. Three years Diploma of Health Analyst Study Program, Nursing and Health faculty, Muhammadiyah University of Semarang
2. Clinical Pathology laboratory, Nursing and Health Faculty, Muhammadiyah University of Semarang

#### **ABSTRACT**

Calcium is an important mineral in the body that plays a role in maintaining bones and teeth, preventing osteoporosis. Caffeine consumption is not accompanied by adequate calcium intake, resulting in a decrease in reserve the amount of calcium in the bones in women. Women have lower bone density than men. The purpose of this study was to determine the picture of the urine calcium levels in women black coffee drinkers. This type of research is descriptive, the study population were women black coffee drinkers in Legoksari, RT 01 RW 02 Sub Ungaran, District of Semarang. The samples taken in a total population of 15 people. Methods of examination of urine calcium by the method of Arsenazo III. The results of the study showed the urine calcium 80% still within normal limits. Because the consumption of caffeine is still within safe limits and balanced with the intake of vegetables and milk.

Key words: Urine Calcium Levels, Female Black Coffee Drinkers.