

# PENGARUH PERENDAMAN SEDUHAN TEH HIJAU (*Camellia sinensis*) TERHADAP KADAR KOLESTEROL PADA KUNING TELUR PUYUH

Dzikri Bertesya, Nur Hidayati\*  
Intisari

Telur puyuh mempunyai nilai kandungan gizi yang tinggi, nilai gizi tertinggi telur ada pada kuning telurnya. Akan tetapi selain mempunyai kandungan gizi yang baik, kuning telur juga memiliki kandungan kolesterol yang cukup tinggi. Sehingga apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan aterosklerosis atau penyumbatan pembuluh darah yang kemudian lama-kelamaan akan menimbulkan jantung koroner, kanker, hipertensi dan diabetes. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari perendaman dalam seduhan teh hijau yang dapat menurunkan kolesterol kuning telur puyuh.

Penelitian ini menggunakan variasi konsentrasi perendaman dalam seduhan teh hijau 1% dan 2% selama 3 hari, kemudian ditentukan kadar kolesterolnya menggunakan metode photometric enzymatic "CHOD-PAP". Pereaksi kimia yang digunakan untuk memisahkan sampel lemak pada telur puyuh yaitu etanol p.a dan aseton p.a dengan perbandingan (1:1).

Kadar kolesterol pada kuning telur puyuh sebelum perendaman sebesar 761 mg/100 gram, dan setelah dilakukan perendaman dalam seduhan teh hijau pada konsentrasi 1% dan 2% sebesar 412 mg/100 gram dan 201 mg/100 gram. Prosentase penurunan kadar kolesterol setelah dilakukan perendaman dalam seduhan teh hijau selama 3 hari dengan 2 konsentrasi berbeda 1% dan 2% adalah sebesar 45,8% dan 73,5%. Hasil Uji statistik menggunakan metode Oneway Annova menunjukkan bahwa nilai Sig = 0,000 (< 0,05), jadi kadar kolesterol dengan masing-masing perlakuan menunjukkan perbedaan yang signifikan.

**Kata kunci:** Telur Puyuh, Kolesterol, Teh Hijau.

---

\*Program D-III Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi

## (THE EFFECT OF SOAKING STEEPING GREEN TEA (*Camellia sinensis*) ON CHOLESTEROL LEVEL IN QUAIL EGGS YOLK)

Abstract

Quail eggs have a high nutritional value content, the highest nutritional value of eggs is in the yolk. But besides mempunyai good nutrient content, egg yolks also contain moderately high cholesterol. So when consumed excess can lead to atherosclerosis or blockage of blood vessels which then over time will lead to coronary heart disease, cancer, hypertension and diabetes. The purpose of this study was to determine the effect of immersion in a steeping green tea can lower cholesterol quail egg yolk.

This study uses a variation of the concentration of green tea steeping soaking in 1% and 2% for 3 days, then determined the levels of cholesterol using photometric method enzymatic "CHOD-PAP".

Cholesterol in egg yolk quail before the immersion of 761 mg / 100 g, and after immersion in infusion of green tea at a concentration of 1% and 2% for 412 mg / 100 g and 201 mg / 100 g. The percentage decrease in cholesterol levels after soaking in green tea steeping for 3 days with 2 different concentrations of 1% and 2% were of 45.8% and 73.5%. Statistical test results using methods Oneway Annova shows that the value of Sig = 0.000 (<0.05), so the cholesterol level with each treatment showed significant differences.

**Keyword :** Quail egg, Cholesterol, Green Tea.

---

\*Program D-III Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi