

ABSTRAK

Utami, Fitria Wahyu, 2015. *Penetapan Kadar Kolesterol Pada Kuning Telur Asin Dengan Perendaman Seduhan Teh Hijau, Seduhan Serbuk Gergaji Dan Campuran Seduhan Serbuk Gergaji Dan Teh Hijau (Camellia sinensis) Selama Tiga Hari.* Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D-III Analisis Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi. Pembimbing : Dra. Nur Hidayati, M. Pd.

Kolesterol berguna untuk tubuh, namun jika dikonsumsi secara berlebihan kolesterol dapat membahayakan tubuh dan mengakibatkan resiko tinggi terhadap penyakit jantung. Kandungan kolesterol pada kuning telur itik baik yang diasinkan maupun tidak diasinkan cukup tinggi, maka perlu diperhatikan untuk mengkonsumsinya. Kadar kolesterol dapat diturunkan dengan menggunakan bahan alami contohnya menggunakan teh hijau, bawang putih dan serbuk gergaji. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar kolesterol kuning telur asin sebelum dan setelah pengasinan 12 hari serta setelah perendaman seduhan teh hijau, seduhan serbuk gergaji dan campuran seduhan serbuk gergaji dan teh hijau selama 3 hari.

Pembuatan telur asin melalui proses pemeraman selama 12 hari menggunakan media yaitu dengan batu bata, pasir, garam dan bawang putih kemudian telur direndam dengan seduhan teh hijau, seduhan serbuk gergaji dan campuran seduhan serbuk gergaji dan teh hijau selama 3 hari. Penetapan kadar kolesterol pada kuning telur asin dengan menggunakan metode *photometric enzymatic* "CHOD-PAP".

Kadar kolesterol kuning telur sebelum pengasinan 563 mg/100 g, setelah pengasinan 12 hari 387 mg/100 g, setelah pengasinan dengan perendaman seduhan teh hijau 302 mg/100 g, seduhan serbuk gergaji 321 mg/100 g, dan campuran seduhan serbuk gergaji dan teh hijau selama 3 hari 268 mg/100 g. Porsentase penurunan kadar kolesterol setelah pengasinan 31,26%, pengasinan dengan perendaman seduhan teh hijau 46,36%, perendaman seduhan serbuk gergaji 42,98%, dan campuran seduhan serbuk gergaji dan teh hijau 52,40%. Setelah direndam dengan campuran seduhan serbuk gergaji dan teh hijau selama 3 hari kadar kolesterol mengalami penurunan dengan porsentase paling tinggi.

Kata kunci: Telur Asin, Teh Hijau, kolesterol