

**PENURUNAN KADAR KOLESTEROL PADA KUNING TELUR  
ASIN DENGAN PERENDAMAN SEDUHAN SERBUK DAN  
EKSTRAK DAUN SALAM (*Syzygium polyanthum*)  
DENGAN VARIASI LAMA PERENDAMAN**

**(DECREASE CHOLESTEROL LEVELS IN SALTY EGG YOLK  
WITH POWDER AND EXTRACT SOLUTION OF BAY LEAF  
(*Syzygium polyanthum*) WITH VARIATION  
OF LONG SOAKING)**

Kiky Candrawati, Nur Hidayati  
Program Studi D-III Analis Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Setia Budi Surakarta  
Jl. Let. Jend. Sutoyo, Mojosongo, Solo 57127 Fax(0271) - 853275  
Email: kiky.candra@gmail.com

**INTISARI**

Telur memiliki kandungan gizi yang baik, namun kuning pada telur memiliki kadar kolesterol yang sangat tinggi, sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan akan meningkatkan risiko penyakit jantung koroner (PJK). Oleh karena itu, diperlukan suatu inovasi dalam industri pengolahan pangan untuk mengolah makanan yang lebih sehat dan rendah kolesterol. Salah satunya dengan cara melakukan penurunan pada kadar kolesterol kuning telur asin menggunakan bahan alam yaitu daun salam (*Syzygium polyanthum*).

Penurunan kadar kolesterol pada telur asin diawali dengan pembuatan sediaan daun salam (*Syzygium polyanthum*) dalam bentuk ekstrak dan juga serbuk. Selanjutnya dibuat seduhan ekstrak maupun serbuk daun salam dengan konsentrasi 2%. Telur yang masih mentah direndam dalam seduhan selama 12 dan 24 jam. Kemudian dikukus dan dilakukan pengujian kolesterol dengan metode "CHOD-PAP" serta uji organoleptis yang melibatkan 30 orang panelis.

Hasil penelitian menunjukkan perubahan kadar kolesterol dengan penurunan kadar kolesterol tertinggi dicapai pada perendaman dengan ekstrak daun salam (*Syzygium polyanthum*) selama 24 jam dengan kadar kolesterol sebesar 231 mg/100g. Kadar kolesterol telur sebelum dilakukan perendaman diketahui sebesar 621 mg/100g, sehingga diperoleh presentase penurunan sebesar 62,80%. Analisis statistik ANOVA dua jalan menunjukkan adanya perbedaan kadar kolesterol yang nyata. Uji organoleptis menunjukkan rata-rata konsumen cukup suka.

**Kata Kunci:** Daun Salam, variasi lama perendaman, kadar kolesterol, "CHOD-PAP"

---

**ABSTRACT**

*Egg has a good nutrient, but egg yolk also has high cholesterol so if we eat it excessive, it will do serious damage in our body and increasing the risk of coronary heart disease. Therefore, needed an innovation in food processing industry to process healthier foods and low cholesterol. One of the way by decreasing cholesterol levels in egg yolk by bay leaf (*Syzygium polyanthum*).*

*Extract and powder of bay leaf (*Syzygium polyanthum*) were made to decreasing cholesterol levels in egg yolk. After that, extract and powder solution of bay leaf were made with 2% of concentration. Uncooked eggs were soaking at extract and powder solution for 12 and 24 hours. Then, uncooked eggs were steam and do cholesterol examination with "CHOD-PAP" method and also do organoleptic testing involving 30 panelist.*

*The result showed that soaking with extract of bay leaf for 24 hours showed higher decreasing cholesterol levels which has measured of 231 mg/100g. Cholesterol levels of egg before soaking knowing which has measured of 621 mg/100g, so that the percentage of decline is 62,80%. Statistic analysis with two ways ANOVA showed that there is a significant different in cholesterol levels. Organoleptic testing has showed if consumer like the egg.*

**Key words:** *Bay leaf, variation of long soaking, cholesterol, CHOD-PAP*