

RINGKASAN

REZA YUNIDAR FIRDAUS. H2E 003 261. 2007. Profil Kolesterol Telur Omega-3 yang Dimasak dengan Cara Direbus dan Digoreng (*The Cholesterol Profile of Omega-3 Eggs Cooked by Boiling and Frying*). (Pembimbing : **BAMBANG DWILOKA** dan **NURWANTORO**).

Penelitian telah dilakukan pada bulan September - Oktober 2006 di Laboratorium Teknologi Hasil Ternak dan Laboratorium Fisiologi dan Biokimia, Fakultas Peternakan Universitas Diponegoro Semarang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kandungan kolesterol total, HDL, LDL dan VLDL pada telur omega-3 yang dimasak dengan cara direbus dan digoreng.

Materi utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah telur omega-3 dengan merk "Telur Emas" yang diperoleh dari toko swalayan "Makro". Perlakuan dalam penelitian ini adalah X_0 = telur omega-3 segar, X_1 = telur omega-3 rebus dan X_2 = telur omega-3 goreng masing - masing diulang 3 kali. Variabel yang diuji dalam penelitian ini adalah kolesterol total, HDL, LDL dan VLDL. Analisis data dilakukan dengan dua cara yaitu analisis deskriptif kualitatif dan uji t.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata - rata kandungan kolesterol total pada telur omega-3 rebus dan goreng adalah 18,76 mg/100g dan 24,34 mg/100g, sedangkan untuk kadar HDL sebesar 3,07 (rebus) dan 4,34 (goreng). Sementara itu, untuk kadar LDL adalah 3,96 mg/100g (rebus) dan 2,61 mg/100g (goreng). Adapun rata - rata kandungan VLDL telur omega-3 rebus dan goreng adalah 11,72 mg/100g dan 17,38 mg/100g. Secara statistik, kadar kolesterol total dan VLDL telur omega-3 goreng secara nyata ($P < 0,05$) lebih tinggi dibanding telur omega-3 rebus, sedangkan kadar HDL dan LDL tidak berbeda nyata ($P > 0,05$) pada telur omega-3 rebus maupun goreng. Metode pemasakan rebus dan goreng menyebabkan adanya perbedaan nyata ($P < 0,05$) terhadap kandungan kolesterol total dan VLDL, sedangkan kandungan HDL dan VLDL tidak berbeda nyata. Metode pemasakan yang lebih baik untuk telur omega-3 adalah direbus dibanding goreng, terbukti dari kandungan kolesterol total dan VLDL yang lebih rendah pada telur omega-3 rebus.

Kata kunci : telur omega-3, kolesterol total, HDL, LDL dan VLDL.