

---

## Pelatihan Pembuatan Makanan Telur Dadar Lumpia pada Masyarakat Tobimeita Kecamatan Nambo

Rizal<sup>1</sup>, Abdullah Igo BD<sup>2</sup>., Muh. Ilham<sup>3</sup>, Hasnawati<sup>4</sup>, Murni Nia<sup>5</sup>, Nurvianti<sup>6</sup>, Harjun<sup>7</sup>  
Prodi Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>

✉ Email Korespodensi: [rizal.ekonomi@uho.ac.id](mailto:rizal.ekonomi@uho.ac.id)

### INFO ARTIKEL

#### Histori Artikel:

Diterima 28-04-2026

Disetujui 06-05-2026

Diterbitkan 08-05-2026

#### Katakunci:

telur dadar lumpia ;  
masyarakat;  
pelatihan;  
makanan

### ABSTRAK

Pelatihan ini dilaksanakan untuk pemberdayaan masyarakat dalam penyusunan Rencana Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) bagi masyarakat tobimeita kecamatan Nambo. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian materi, praktek secara langsung dan pendampingan. Pemberian materi dilakukan di rumah salah satu warga yang ada di kelurahan tobimeita, dengan materi tentang ekonomi kreatif serta pemberian pelatihan secara langsung untuk mengenalkan berbagai pilihan alternative untuk dapat berkeaktifitas serta berwirausaha muda dengan bahan yang mudah ditemukan dilingkungan sekitar kepada masyarakat tobimeita kecamatan Nambo. Teknik pembuatan makanan dari telur dadar lumpia dengan pendampingan serta praktek pembuatan makanan telur dadar lumpia

### Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Rizal, R., Igo BD, A., Ilham, M., Hasnawati, H., Nia, M., Nurvianti, N., & Harjun, H. (2026). Pelatihan Pembuatan Makanan Telur Dadar Lumpia pada Masyarakat Tobimeita Kecamatan Nambo. Aksi Kita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(3), 855-863. <https://doi.org/10.63822/ym5w3d78>

## PENDAHULUAN

Telur dadar gulung lumpia, yang dikenal juga sebagai lumpia telur dadar atau martabak telur gulung, adalah jajanan kaki lima yang populer di Indonesia. Hidangan ini terbuat dari telur dadar tipis yang diisi dengan berbagai macam isian, seperti wortel, kol, daun bawang, dan daging cincang, kemudian digulung dan digoreng hingga berwarna kecoklatan. Telur dadar gulung lumpia biasanya disajikan dengan saus sambal atau cabai rawit.

Asal-usul pasti telur dadar gulung lumpia tidak diketahui secara pasti. Beberapa orang percaya bahwa hidangan ini berasal dari Cina, sementara yang lain percaya bahwa hidangan ini berasal dari India. Namun, telur dadar gulung lumpia telah menjadi bagian dari budaya kuliner Indonesia selama bertahun-tahun dan dinikmati oleh orang-orang dari segala usia.

Telur dadar gulung lumpia adalah hidangan yang mudah dibuat dan murah. Hidangan ini juga merupakan sumber protein dan serat yang baik. Telur dadar gulung lumpia sering disajikan sebagai camilan atau makanan ringan, tetapi juga bisa dinikmati sebagai hidangan utama.

Telur dadar gulung lumpia adalah hidangan yang lezat dan serbaguna yang dapat dinikmati oleh semua orang. Jika Anda mencari camilan atau makanan ringan yang mudah dibuat dan murah, telur dadar gulung lumpia adalah pilihan yang tepat.

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat bagi mahasiswa Universitas Halu Oleo mencoba melakukan mitra dengan masyarakat dalam rangka Alternatif Pemberdayaan Masyarakat melalui Pelatihan pembuatan makanan Telur dadar gulung lumpia. Pada Kelompok masyarakat Tobimeita Kecamatan Nambo. Kabupaten/Kota Kendari. Bagi Ibu Rumah Tangga dan Remaja Putri, sekaligus memberi pengetahuan dan keterampilan. UKM Tobimeita yang nantinya diharapkan memiliki keterampilan dalam membuat Telur dadar gulung pakai lumpia. Program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan di Tobimeita Kecamatan Nambo untuk membantu meningkatkan Pendapatan dengan penerapan teknologi tepat guna yang selama ini belum pernah dilakukan, selain sebagai sumber bahan makanan, juga dapat menjadi salah satu sumber menambah pendapatan.

Pemberdayaan masyarakat melalui program UKM yang berbasis pada pilihan masyarakat atau peran masyarakat baik individu, kelompok maupun komunitas (Atmadja dkk, 1996). Konsep pemberdayaan masyarakat yaitu upaya untuk membangun daya itu dengan mendorong motivasi dan membangkitkan kesadaran potensi yang dimilikinya serta berusaha untuk mengembangkannya. Pemberdayaan masyarakat berdaya melalui dorongan atau motivasi untuk membangkitkan kesadaran terhadap pengembangan potensi sumber daya yang dimiliki.

Telur adalah substansi yang dihasilkan oleh ternak itu sendiri di dalam tubuhnya, substansi tersebut membentuk organisme baru atau kehidupan baru. Selain dibungkus dengan kulit yang keras sebagai pelindung, telur juga dilengkapi dengan bahan makanan yang lengkap (Ardiansyah, 2016).

Telur juga memiliki banyak manfaat di antaranya sebagai berikut:

### 1. Membentuk jaringan tubuh

Kandungan protein pada telur berperan besar dalam pembentukan sel-sel tubuh. Mulai dari otot, otak, peredaran darah sampai tulang.

Tidak sampai disitu saja, protein juga punya peranan besar dalam proses metabolisme, produksi energi, produksi hormon dan penyembuhan luka.

Rutin mengonsumsi satu telur setiap hari membantu tubuh untuk menjaga fungsi ini.

2. Menjaga kesehatan mata

Selain protein, bahan makanan ini juga mengandung lutein dan zeaxanthin. Kedua jenis antioksidan tersebut berfungsi menjaga kesehatan mata dari paparan sinar matahari yang bersifat negatif.

Penelitian mengungkapkan kalau, jenis antioksidan tersebut bisa menurunkan risiko katarak dan degenerasi makula.

3. Menunjang kesehatan otak

Kesehatan otak juga bisa terjaga berkat kandungan kaolin pada telur. Zat yang mirip seperti vitamin B ini punya peran penting dalam perkembangan otak janin selama kehamilan.

Kolin juga mempercepat pelepasan protein pada sel otak dan mendukung pembentukan memori. Studi yang diterbitkan oleh Nutrients menjelaskan kalau asupan kolin melalui telur dapat meningkatkan fungsi saraf, kecerdasan, dan ingatan.

4. Menurunkan kadar LDL

Telur memang mengandung kolesterol, tetapi tidak akan meningkatkan kadar kolesterol jahat dalam darah. Sebab, jenis yang terkandung dalam telur adalah high density lipoprotein (HDL) alias kolesterol baik.

Sebaliknya, kandungan HDL pada telur bisa menekan jumlah kolesterol jahat atau low density lipoprotein (LDL) dalam darah. Sebuah studi dalam British Medical Journal menegaskan bahwa tidak ada hubungan antara risiko penyakit jantung dengan konsumsi telur.

5. Menurunkan risiko penyakit jantung

Telur dapat meningkatkan kadar HDL dalam tubuh sehingga risiko penyakit jantung dan stroke bisa menurun. Kandungan asam lemak omega-3 dalam beberapa jenis telur juga dapat menurunkan trigliserida dalam darah.

Asam lemak bisa mencegah pembentukan plak pada pembuluh darah yang dapat menyebabkan penyakit jantung.

6. Menjaga berat badan tetap ideal

Kandungan protein tinggi dalam telur bisa menjadi sumber kalori baik ketimbang karbohidrat. Itu sebabnya, mayoritas orang yang diet untuk menurunkan berat badan lebih memilih makan telur daripada karbohidrat, seperti nasi dan kentang.

7. Meningkatkan daya tahan tubuh

Kandungan asam amino, vitamin A, dan selenium pada telur mampu meningkatkan daya tahan tubuh. Asam amino mendukung fungsi sel-sel kekebalan dan produksi antibodi.

Sementara itu, selenium mengurangi proses peradangan dan vitamin A memperkuat melindungi tubuh dari infeksi bakteri dan virus.

Selaput di sekitar kuning telur juga mengandung glikopeptida tersulfasi, yang merangsang produksi makrofag, sel-sel kekebalan yang melindungi tubuh dari penyakit dan infeksi.

8. Menjaga kesehatan tulang

Kandungan vitamin D dan fosfor dalam telur berperan dalam menjaga kesehatan tulang. Vitamin D membantu tubuh menyerap kalsium, yang penting untuk pembentukan dan pemeliharaan tulang. Fosfor juga diperlukan dalam proses tersebut. Kombinasi kedua zat ini menjadikan telur sebagai sumber nutrisi yang mendukung kesehatan tulang yang baik.

## **METODE**

Pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini merupakan program kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa Pendidikan Ekonomi dengan tujuan mahasiswa dapat mengimplementasikan pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan kepada masyarakat. Program pelatihan ini di lakukan pada masyarakat Tobimeita di kecamatan nambo. Proses pelaksanaan melalui beberapa tahap yaitu:

1. Persiapan
2. Pembekalan

Persiapan yang dilakukan antara lain :

- a) Membuat perencanaan
- b) Melakukan survei lokasi pengabdian kepada masyarakat.
- c) Mengurus surat izin kegiatan.
- d) Mengurus perizinan lokasi pengabdian
- e) Menyusun rencana kerja pengabdian kepada masyarakat serta rencana jadwal kerja dan pembagian kerja antara ketua tim dan anggota tim PKM.

Pembekalan mahasiswa meliputi :

- a) persiapan materi.

Materi disampaikan oleh anggota tim kepada masyarakat. Materi ini berisikan tentang konsep ekonomi kreatif, kewirausahaan, handcraft, dan produk yang kami bawaan.

- b) Menyiapkan alat dan bahan

Menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk pengabdian kepada masyarakat mguna mendukung kelancaran kegiatan yang dilaksanakan.

- c) Mempraktikkan produk.

Tahap ini lakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan produk yang akan dilaksanakan di lokasi PKM dan

- d) Evaluasi kelengkapan dan kesiapan

Pelaksanaan program tahapan ini merupakan evaluasi persiapan dalam tahapan pembekalan mahasiswa sebelum mahasiswa melaksanakan program pelatihan terhadap masyarakat.

Instrumen yang digunakan untuk menilai keberhasilan dan kemanfaatan kegiatan ini adalah :

1. Daftar pertanyaan pre-test dan post test untuk mengukur perubahan pengetahuan masyarakat di wilayah sasaran
2. Kuosioner untuk mengetahui respon atau masukan dan saran dari peserta pelatihan.
3. keberhasilan kegiatan ini apabila lebih dari 80% peserta mengerti dan paham mengenai materi yang disampaikan dan teknik pembuatan makanan telur dadar lumpia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh masyarakat Tobimeita kec. Nambo. Peserta yang hadir berjumlah 3 orang di antaranya ibu rumah tangga dan seorang kepala keluarga serta sisiwi SMA. Dalam rangka mengikuti kegiatan pelatihan pembuatan makanan telur dadar lumpia, mengetahui tentang cara pembuatan makanan tersebut, meningkatkan kreatifitas serta wirausaha muda. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juli 2024.



*Gambar 1. Pengenalan alat dan bahan*

Berdasarkan hasil pelatihan dalam pembuatan makanan yaitu, Telur dadar lumpia yang diikuti oleh 3 orang masyarakat Tobimeita di kec. Nambo pada bulan juli 2024, maka dapat disimpulkan bahwa materi dan praktek yang diberikan sangat menarik minat peserta sehingga membuat para peserta antusias dalam mengikuti kegiatan. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di Tobimeita kec. Nambo SDIT dapat berjalan dengan baik dan lancar karena adanya kerjasama dan bantuan dari beberapa pihak yaitu Bapak lururah Tobimeta, Masyarakat,dll. dalam mengikuti kegiatan pelatihan ini.



*Gambar 2 Dokumentasi proses proses pembuatan*



*Gambar 3 Dokumentasi bersama Kepala Lurah Tobimeita*

a. Penilaian mengenai Pelatihan

**Materi yang di berikan sesuai dengan kebutuhan masyarakat**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan masyarakat dapat di lihat bahwa 19% menyatakan sangat setuju, 74% menyatakan setuju, dan 7% menyatakan tidak setuju.

**Materi yang disajikan jelas dan mudah di pahami**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami dapat di lihat bahwa 72% menyatakan sangat setuju, 14% menyatakan setuju, dan 14% menyatakan tidak setuju.

**Kesulitan dalam teknik pembuatan produk**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait Kesulitan dalam teknik pembuatan produk dapat di lihat bahwa 63% menyatakan sangat setuju, 15% menyatakan setuju, dan 22% tidak setuju

**Produk yang di buat layak untuk di jadikan usaha**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait Produk yang di buat layak untuk dijadikan usaha dapat di lihat bahwa 83% menyatakan sangat setuju, 4% menyatakan setuju, dan 13% menyatakan tidak setuju.



*Gambar4 Dokumentasi hasil pelatihan*

#### **Setelah melakukan pelatihan masyarakat akan menjalankan usaha**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait Produk yang di buat layak untuk dijadikan usaha dapat di lihat bahwa 25% menyatakan sangat setuju, 49% menyatakan setuju, dan 26% menyatakan tidak setuju.

#### **Pelatihan bermanfaat bagi masyarakat**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh peserta terkait Pelatihan bermanfaat bagi masyarakat dapat di lihat bahwa 67% menyatakan sangat setuju, 12% menyatakan setuju, dan 21% tiak setuju.

#### **Ketahanan produk**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang di isi oleh teman- teman mahasiswa dan masyarakat terkait Ketahanan Produk dapat di lihat bahwa 57% menyatakan sangat setuju, 24% menyatakan setuju, dan 19% menyatakan tidak setuju.

#### **Ketertarikan kepada produk**

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner yang sudah di isi oleh teman-teman mahasiswa dan masyarakat terkait Ketertarikan kepada produk dapat di lihat bahwa 54% menyatakan sangat setuju, 30% menyatakan setuju, dan 16% menyatakan tidak setuju.

### **Keunikan produk**

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner yang sudah di isi oleh teman-teman mahasiswa dan masyarakat terkait Keunikan produk dapat di lihat bahwa 12% menyatakan sangat setuju, 26% menyatakan setuju, dan 62% menyatakan tidak setuju.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil yang dicapai pada kegiatan ini, disimpulkan bahwa : Masyarakat Tobimeita kec. Nambo telah mengetahui konsep dari ekonomi kreatif, peserta telah mengetahui dan mampu mempraktekkan pembuatan makanan telur dadar lumpia.

Saran yang dapat diberikan terkait hasil dari kegiatan ini yaitu : Dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kepada kelompok – kelompok masyarakat, hendaknya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digalakan sehingga kemampuan masyarakat dapat ditingkatkan sekaligus dapat meningkatkan pendapatan masyarakat ekonomi kreatif.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- BD, A. I. (2022). Inovasi Pengolahan Teh Dari Daun Kelor Sebagai Minuman Fungsional Untuk Meningkatkan Pendapatan Di Desa Ghonsume Kecamatan Duruka Kabupaten Muna. *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 7(4), 102-114.
- BD, A. I. (2024). ANALISIS BISNIS PEMBUATAN DODOL BERBAHAN DASAR RUMPUT LAUT DI KELURAHAN TINANGGEA. *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 9(3), 1177-1185.
- BD, A. I. (2024). ANALISIS KELAYAKAN USAHA BUAH PISANG MENJADI BANANA ROLL PADA USAHA MAMA ISTI. *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 9(2), 1113-1127.
- BD, A. I. (2024). Pengolahan Limbah Botol Plastik dan Kardus Menjadi Kerajinan Bernilai Jual Tinggi. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 144-156.
- BD, A. I. (2025). ANALISIS PENGEMBANGAN USAHA ABON IKAN DI DESA NAPALAKURA KECAMATAN NAPABALANO. *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 10(2), 1813-1826.
- BD, A. I., & Syaiful, M. (2023). Inovasi pemanfaatan limbah sabut kelapa menjadi pot bunga bagi masyarakat desa. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 118-126.
- BD, A. I., Riskiani, S., Syahrir, A., & Syaiful, M. (2023). Inovasi Pemanfaatan Limbah Kulit Jagung Dalam Pembuatan Kerajinan Tangan Pada Masyarakat. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 176-186.
- Cahyat, dkk. 2007. Mengkaji Kemiskinan dan Kesejahteraan Rumah Tangga: Sebuah Panduan dengan Contoh dari Kutai Barat, Indonesia (E-book).Bogor: Center forInternational Forestry Research.
- Cahyono, W., Rizal, R., & Nia, M. (2020). Analisis potensi ekonomi pengembangan ampas tahu menjadi produk nugget, *J. Online Progr. Stud. Pendidik. Ekon*, 5, 110-119.
- Dewi, Nihlul Gede Diah Nirmala dan Made Jatra, 2013, Pengaruh Atribut Produk Terhadap Keputusan Pembelian Handphon di Kota Den Pasar, E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana, Vol. 2, No. 2

- IGO, B., & MUHAMMAD, S. (2024). Pemanfaatan Limbah Botol Kaca Dan Botol Air Mineral Bekas Dalam Pembuatan Vas Bunga. *AMAL ILMIAH: JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT* *Учредитель: FKIP Universitas Halu Oleo*, 5(2), 296-306.
- Ilham, M., & Syaiful, M. (2023). Pemanfaatan Koran Bekas Dalam Pembuatan Kerajinan Tangan Pada Masyarakat Guna Meningkatkan Jiwa Kewirausahaan. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 190-197.
- Indah, W. O. I. N., & Igo, A. (2023). Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Berbasis Nilai Kearifan Lokal Di Kelurahan Sulaa, Kecamatan Betoambari, Kota Baubau:(Studi Pada Penguatan Ekonomi Ibu Rumah Tangga Melalui Kerajinan Kain Tenun Khas Buton). *Jurnal Online Program Studi Pendidikan Ekonomi*, 8(2), 329-338.
- Nuryanti, 2013, Peran E-Commerce untuk Meningkatkan Daya Saing Usaha Kecil dan Menengah (UKM), *Jurnal Ekonomi*, Volume 21, Noor 4, Desember 2013
- PURNAMASARI, S., & NIA, M. (2020). PENGEMBANGAN LIMBAH AIR KELAPA SEBAGAI PERMEN UNTUK MENINGKATKAN PENDAPATAN PETANI DI DESA AWUNIO KECAMATAN KOLONO KABUPATEN KONAWE SELATAN. *JURNAL ONLINE PROGRAM STUDI PENDIDIKAN EKONOMI Учредитель: FKIP Universitas Halu Oleo*, 5(2), 66.
- Sari, D. E., & Wajdi, M. B. N., 2017. The Effectiveness Of The Method of GI With Electronic Workbench Study To Improve Activities and Results Student. *Educatio: Journal of Education*, 2(1), 136–150.
- Sri Kuntari. (2003). Permasalahan Pengangguran di Pedesaan dan Alternatif Pemecahanya. *Jurnal Media Informasi Kesejahteraan Sosial*. Yogyakarta: B2P3KS. Hlm 53
- Sumaryadi, I Nyoman. 2005. Perencanaan Pembangunan Daerah Otonom dan Pemberdayaan Masyarakat. Jakarta: Penerbit Citra Utama. [archive.org/details/PermendagriNo.137Tahun2017](https://archive.org/details/PermendagriNo.137Tahun2017)
- Syaiful, M. (2024). Pemanfaatan Buah Kelapa Tua Dengan Jahe Dalam Pembuatan Minyak Virgin Coconut Oil Jahe. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 318-329.