

**GAMBARAN PERILAKU MAKAN, AKTIVITAS FISIK
DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA ANAK KELAS 5
DI SDN PACAR KELING V KOTA SURABAYA**

ABSTRAK

Latar Belakang: Indonesia adalah negara berkembang dengan sejumlah masalah yang berkaitan dengan gizi. Indonesia saat ini menghadapi dua masalah terkait gizi: krisis gizi kurang yang belum terselesaikan dan masalah gizi lebih, yang meliputi obesitas dan kelebihan berat badan. Antara tahun 2010 dan 2013, Surabaya memiliki tingkat obesitas tertinggi (10,6%) di antara murid-murid sekolah dasar. **Tujuan:** Untuk mengetahui pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan prevalensi kegemukan pada anak kelas V SDN Pacar Keling V Kota Surabaya. **Metode:** Strategi sampel yang digunakan dalam analisis deskriptif ini adalah proporsional random sampling. **Hasil:** 56,1% partisipan menerapkan pola makan sehat, 60,3% kurang melakukan aktivitas fisik, dan 48,9% mengalami kelebihan berat badan. **Kesimpulan:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun ada hubungan antara kebiasaan makan dan aktivitas fisik dengan kelebihan berat badan, tidak ada hubungan antara kebiasaan makan dan prevalensi kelebihan berat badan. **Saran:** Murid sekolah dasar harus mengikuti pola makan yang seimbang, kebiasaan makan yang baik, dan aktivitas yang cukup.

Kata Kunci : Perilaku Makan, Aktivitas Fisik, Kejadian *Overweight*.

**DESCRIPTION OF EATING BEHAVIOR, PHYSICAL ACTIVITY WITH
THE INCIDENCE OF OVERWEIGHT IN 5TH GRADE CHILDREN AT
PACAR KELING V ELEMENTARY SCHOOL IN SURABAYA CITY**

ABSTRACT

Background: Indonesia is a developing nation with a number of issues relating to nutrition. Indonesia is now dealing with two nutrition-related issues: the unresolved undernutrition crisis and the overnutrition problem, which includes obesity and overweight. Between 2010 and 2013, Surabaya had the highest obesity rate (10.6%) among pupils in primary schools. **Objective:** To investigate the eating patterns, degree of physical activity, and prevalence of overweight among SDN Pacar Keling V Surabaya City fifth grade children. **Methods:** The sample strategy employed in this descriptive analysis was proportional random sampling. **Results:** 56.1% of participants followed a healthy diet, 60.3% engaged in little physical activity, and 48.9% were overweight. **Conclusions:** The study's indicate that while there is a link between eating habits and physical activity and overweight, there is no association between eating habits and the prevalence of being overweight. **Suggestion:** Elementary school pupils should follow a balanced diet, good eating habits, and enough activity.

Keywords: Eating Behavior, Physical Activity, Overweight Incidence.