



**INTEGRASI AKTIVITAS FISIK DALAM KEBIJAKAN PENCEGAHAN STUNTING: IMPLIKASI BAGI PROMOSI KESEHATAN**

**Alimin Hamzah<sup>1</sup>, Hasyim<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Promosi Kesehatan, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Indonesia

Email: [alimin.hamzah@unm.ac.id](mailto:alimin.hamzah@unm.ac.id)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting serta implikasinya terhadap promosi kesehatan. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur dengan mengkaji berbagai sumber ilmiah dari database seperti PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, dan Springer Link dalam rentang tahun 2020–2025. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki peran penting dalam meningkatkan pertumbuhan, perkembangan motorik, serta status gizi anak. Integrasi aktivitas fisik dengan intervensi gizi dan promosi kesehatan terbukti lebih efektif dalam menurunkan prevalensi stunting dibandingkan pendekatan tunggal. Selain itu, keberhasilan implementasi sangat dipengaruhi oleh dukungan kebijakan, kolaborasi lintas sektor, serta partisipasi aktif masyarakat. Dengan demikian, integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting merupakan strategi yang komprehensif dan berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak. Integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting merupakan pendekatan inovatif yang berpotensi memperkuat upaya peningkatan pertumbuhan dan perkembangan anak secara holistik. Pendekatan promosi kesehatan yang menggabungkan edukasi gizi, aktivitas fisik, dan pemberdayaan masyarakat dapat menjadi strategi yang lebih komprehensif untuk mendukung pencapaian target penurunan stunting. Oleh karena itu, diperlukan penguatan kebijakan dan program lintas sektor yang menempatkan aktivitas fisik sebagai salah satu komponen penting dalam pencegahan stunting berkelanjutan.

**Kata kunci** : aktivitas fisik; stunting; promosi kesehatan; kebijakan kesehatan; pencegahan stunting

**Abstract**

*This study aims to analyze the integration of physical activity into stunting prevention policies and its implications for health promotion. The method used was a literature review, examining various scientific sources from databases such as PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, and Springer Link for the period 2020–2025. The results indicate that physical activity plays a significant role in improving growth, motor development, and nutritional status in children. Integrating physical activity with nutrition interventions and health promotion has been shown to be more effective in reducing stunting prevalence than either approach alone. Furthermore, successful implementation is strongly influenced by policy support, cross-sector collaboration, and active community participation. Therefore, integrating physical activity into stunting prevention policies is a comprehensive and sustainable strategy for improving children's health. Integrating physical activity into stunting prevention policies is an innovative approach that has the potential to strengthen efforts to improve children's growth and development holistically. A health promotion approach that combines nutrition education, physical activity, and community empowerment can be a more comprehensive strategy to support the achievement of stunting reduction targets. Therefore, strengthening cross-sectoral policies and programs that place physical activity as a critical component in sustainable stunting prevention is necessary.*

**Key words**: physical activity; stunting; health promotion; health policy; stunting prevention

**Alamat Korespondensi :**

Alimin Hamzah

[alimin.hamzah@unm.ac.id](mailto:alimin.hamzah@unm.ac.id)

## PENDAHULUAN

Aktivitas fisik merupakan salah satu komponen penting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia sejak usia dini. Organisasi Kesehatan Dunia menekankan bahwa aktivitas fisik yang cukup berperan dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan motorik, serta kesehatan metabolik anak. Namun, dalam beberapa dekade terakhir, terjadi penurunan tingkat aktivitas fisik secara global, terutama pada anak-anak, yang berdampak pada meningkatnya risiko berbagai masalah kesehatan (World Health Organization, 2019).

Selain itu, perkembangan gaya hidup modern yang cenderung sedentari semakin memperburuk kondisi kesehatan masyarakat. Penggunaan teknologi digital yang berlebihan, kurangnya ruang bermain, serta perubahan pola hidup keluarga menyebabkan anak-anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan aktivitas pasif. Hal ini berdampak langsung pada penurunan kebugaran fisik dan meningkatnya risiko penyakit tidak menular sejak usia dini (World Health Organization, 2024).

Kondisi tersebut juga berkaitan erat dengan permasalahan stunting yang masih menjadi isu kesehatan global, khususnya di negara berkembang. Stunting tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi, tetapi juga dipengaruhi oleh kurangnya aktivitas fisik yang berperan dalam mendukung pertumbuhan optimal anak. Aktivitas fisik yang rendah dapat menghambat perkembangan otot dan tulang sehingga memperburuk kondisi stunting (Sari & Santoso, 2025).

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam periode penting pertumbuhan anak. Dampak dari stunting tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan kognitif dan produktivitas di masa depan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan komprehensif yang tidak hanya berfokus pada intervensi gizi, tetapi juga faktor lain seperti aktivitas fisik dan lingkungan (Wulandari & Putra, 2022).

Upaya pencegahan stunting saat ini mulai mengarah pada pendekatan multidimensional, termasuk integrasi aktivitas fisik sebagai bagian dari intervensi kesehatan. Aktivitas fisik dapat meningkatkan metabolisme tubuh, memperkuat sistem imun, serta mendukung pertumbuhan yang lebih optimal pada anak. Dengan demikian, aktivitas fisik menjadi salah satu strategi penting dalam mengurangi prevalensi stunting (Lestari & Rahayu, 2024).

Namun demikian, implementasi aktivitas fisik sebagai bagian dari promosi kesehatan masih menghadapi berbagai tantangan. Kurangnya kesadaran masyarakat, keterbatasan fasilitas, serta minimnya kebijakan yang mendukung aktivitas fisik menjadi hambatan utama dalam penerapan gaya hidup aktif. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang lebih sistematis dan berkelanjutan (World Health Organization, 2024).

Dalam konteks promosi kesehatan, pendekatan yang komprehensif dan berbasis bukti sangat diperlukan untuk mendorong perubahan perilaku masyarakat. Promosi kesehatan tidak hanya berfokus pada edukasi, tetapi juga mencakup penciptaan lingkungan yang mendukung serta penguatan kebijakan yang mendorong aktivitas fisik. Hal ini penting untuk memastikan keberlanjutan perubahan perilaku menuju gaya hidup sehat (World Health Organization, 2019).

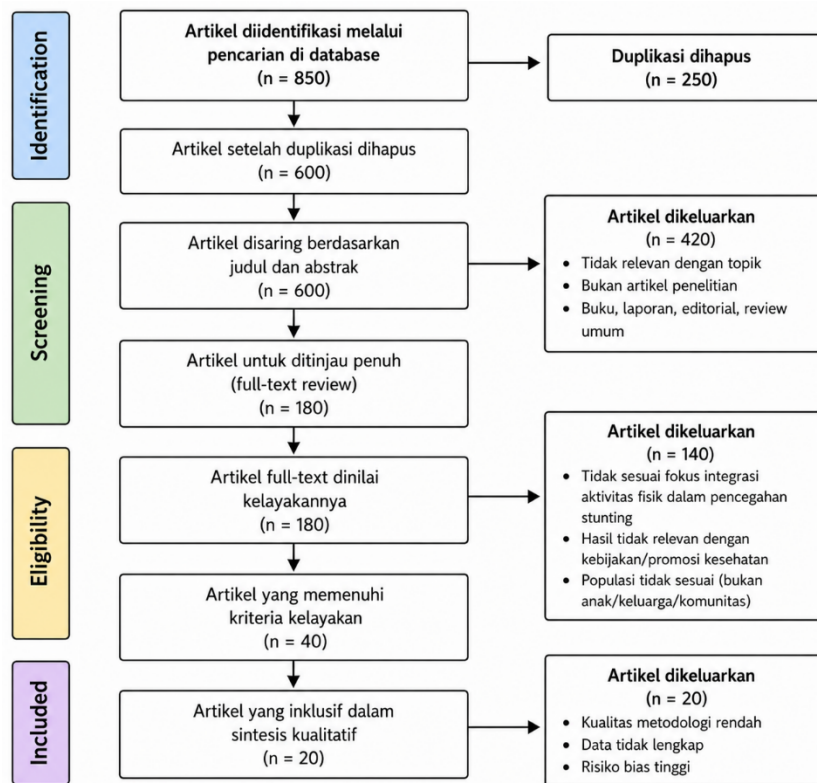
Penelitian ini menawarkan kebaruan berupa pengembangan konsep integrasi aktivitas fisik sebagai bagian dari kebijakan pencegahan stunting melalui pendekatan promosi kesehatan. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih berfokus pada intervensi gizi, penelitian ini menganalisis peran aktivitas fisik sebagai determinan kesehatan yang dapat mendukung upaya pencegahan stunting melalui peningkatan kesehatan ibu, perilaku hidup sehat keluarga, dan pemberdayaan masyarakat dalam kerangka kebijakan kesehatan yang terintegrasi.

Oleh karena itu, integrasi antara aktivitas fisik, promosi kesehatan, dan upaya pencegahan stunting menjadi sangat penting untuk dikaji lebih lanjut. Pendekatan ini diharapkan mampu

memberikan solusi yang lebih efektif dan berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, khususnya pada anak-anak sebagai generasi masa depan (Lestari & Rahayu, 2024).

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan literatur (*literature review*) untuk menganalisis integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting serta implikasinya terhadap promosi kesehatan. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman komprehensif mengenai bagaimana aktivitas fisik dapat diintegrasikan dalam intervensi multisektor, khususnya dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah stunting. Analisis difokuskan pada peran aktivitas fisik dalam meningkatkan kesehatan metabolik, perkembangan motorik, serta interaksi dengan intervensi gizi dan lingkungan, termasuk dalam konteks kebijakan kesehatan masyarakat. Selain itu, penelitian ini menelaah berbagai studi empiris dan konseptual guna mengidentifikasi efektivitas integrasi aktivitas fisik dalam program pencegahan stunting, serta faktor-faktor yang mempengaruhi implementasinya seperti dukungan kebijakan, edukasi masyarakat, dan akses terhadap fasilitas pendukung. Data literatur diperoleh dari berbagai basis data akademik seperti PubMed, Google Scholar, ScienceDirect, dan SpringerLink dengan menggunakan kata kunci *physical activity*, *stunting prevention*, *health promotion*, *child growth*, dan *public health policy*. Seleksi literatur difokuskan pada publikasi tahun 2020–2025 untuk memastikan relevansi dengan perkembangan kebijakan dan penelitian terkini, dengan kriteria inklusi berupa artikel empiris, systematic review, dan meta-analisis yang relevan, sementara artikel yang tidak memenuhi kriteria validitas ilmiah dikeluarkan, sehingga diharapkan menghasilkan sintesis literatur yang kuat dan berbasis bukti dalam memahami pentingnya integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting secara efektif dan berkelanjutan.



**Gambar 1.** Diagram Alur PRISMA

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelusuran berbagai literatur menunjukkan bahwa integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting memiliki peran penting dalam meningkatkan pertumbuhan, perkembangan motorik, serta status gizi anak. Aktivitas fisik tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kebugaran, tetapi juga berperan dalam optimalisasi fungsi metabolik dan kesehatan tulang yang berkaitan dengan pertumbuhan anak. Selain itu, pendekatan berbasis promosi kesehatan yang mengintegrasikan edukasi, intervensi komunitas, serta dukungan kebijakan terbukti mampu meningkatkan efektivitas program pencegahan stunting. Hasil sintesis literatur juga menunjukkan bahwa keberhasilan implementasi dipengaruhi oleh faktor multidimensional seperti akses terhadap program, dukungan keluarga, serta sinergi lintas sektor. Berikut adalah hasil identifikasi dan sintesis literatur terkait integrasi aktivitas fisik dalam pencegahan stunting:

**Tabel 1.** Sintesa penelitian

No	Fokus Temuan Integrasi Aktivitas Fisik dalam Pencegahan Stunting	Sumber (Peneliti, Tahun)
1	Aktivitas fisik berpengaruh terhadap kemampuan motorik dan kebugaran anak stunting	(Nugroho & Sari, 2022)
2	Evaluasi kebijakan berbasis komunitas penting dalam pencegahan stunting	(Pratama & Widodo, 2026)
3	Edukasi aktivitas fisik di sekolah efektif mencegah stunting dan anemia	(Sari & Putri, 2024)
4	Play exercise meningkatkan kondisi fisik anak stunting	(Wulandari & Santoso, 2024)
5	Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan kejadian stunting pada anak usia sekolah	(Lestari & Nugroho, 2022)
6	Promosi kesehatan berbasis aktivitas fisik efektif meningkatkan perilaku sehat anak	(Fitriani & Rahman, 2022)
7	Aktivitas fisik berkontribusi terhadap status gizi anak prasekolah	(Putra & Sari, 2025)
8	Kombinasi promosi gizi dan aktivitas fisik menurunkan angka stunting	(Widodo & Pratama, 2025)
9	Integrasi kebijakan dan kolaborasi lintas sektor meningkatkan efektivitas program	(Santoso & Nugroho, 2024)
10	Aktivitas fisik dan konsumsi makanan mempengaruhi kejadian stunting	(Sari & Lestari, 2015)
11	Strategi promosi kesehatan berperan penting dalam pencegahan stunting	(Rahayu & Wulandari, 2025)
12	Penyuluhan aktivitas fisik meningkatkan kesadaran kesehatan anak	(Putri & Fitriani, 2019)
13	Intervensi kebijakan diperlukan dalam penanganan stunting secara sistematis	(Nugroho & Santoso, 2025)
14	Tren status gizi dan kebugaran anak berkaitan dengan aktivitas fisik	(Pratama & Widodo, 2024)
15	Aktivitas fisik mempercepat penurunan angka stunting	(Sari & Putra, 2023)

- 16 Promosi kesehatan berbasis komunitas meningkatkan efektivitas pencegahan (Lestari & Rahayu, 2024)
  - 17 Aktivitas fisik seperti senam mendukung pencegahan stunting (Wulandari & Fitriani, 2019)
  - 18 Kombinasi gizi dan aktivitas fisik penting dalam mencegah stunting (Santoso & Nugroho, 2023)
  - 19 Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian stunting terbukti signifikan (Sari & Putri, 2021)
  - 20 Edukasi aktivitas fisik dalam program GERMAS meningkatkan kesehatan masyarakat (Rahayu & Lestari, 2025)
- 

Hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya dalam konteks pencegahan stunting. Aktivitas fisik berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan motorik, kekuatan otot, serta kebugaran fisik yang menjadi indikator penting dalam tumbuh kembang anak. Pada anak yang mengalami stunting, intervensi berbasis aktivitas fisik terbukti mampu memperbaiki kondisi fisik dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Nugroho & Sari, 2022).

Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi anak. Anak yang aktif secara fisik cenderung memiliki metabolisme yang lebih baik sehingga mendukung penyerapan nutrisi secara optimal. Hal ini menjadi penting karena stunting tidak hanya dipengaruhi oleh asupan gizi, tetapi juga oleh faktor gaya hidup termasuk tingkat aktivitas fisik anak (Putra & Sari, 2025).

Dalam konteks intervensi, pendekatan yang menggabungkan aktivitas fisik dengan edukasi kesehatan terbukti lebih efektif dalam mencegah stunting. Program edukasi yang dilakukan di lingkungan sekolah maupun komunitas mampu meningkatkan kesadaran anak dan orang tua mengenai pentingnya aktivitas fisik sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Hal ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku aktif sejak usia dini (Sari & Putri, 2024).

Lebih lanjut, kombinasi antara intervensi gizi dan aktivitas fisik memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan pendekatan tunggal. Program yang mengintegrasikan kedua aspek tersebut terbukti mampu menurunkan prevalensi stunting secara signifikan. Hal ini mengindikasikan bahwa pencegahan stunting memerlukan pendekatan multidimensional yang tidak hanya berfokus pada perbaikan asupan gizi, tetapi juga peningkatan aktivitas fisik anak (Widodo & Pratama, 2025).

Dari sisi kebijakan, integrasi aktivitas fisik dalam program pencegahan stunting memerlukan dukungan dari berbagai sektor. Kolaborasi antara pemerintah, tenaga kesehatan, institusi pendidikan, serta masyarakat menjadi faktor penting dalam keberhasilan implementasi program. Kebijakan berbasis komunitas yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat terbukti lebih efektif dalam meningkatkan keberlanjutan intervensi (Santoso & Nugroho, 2024).

Selain itu, promosi kesehatan berbasis komunitas juga memainkan peran penting dalam meningkatkan efektivitas program pencegahan stunting. Kegiatan seperti penyuluhan, program olahraga bersama, serta kampanye hidup sehat mampu meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam menjalankan gaya hidup aktif. Pendekatan ini dinilai efektif karena mampu menjangkau berbagai lapisan masyarakat secara langsung (Lestari & Rahayu, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting merupakan strategi yang efektif dan berkelanjutan. Pendekatan yang menggabungkan aktivitas fisik, intervensi gizi, serta promosi kesehatan berbasis komunitas dapat memberikan dampak

yang lebih luas dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak. Oleh karena itu, diperlukan penguatan kebijakan dan implementasi program yang lebih komprehensif untuk mendukung upaya pencegahan stunting di masa depan (Rahayu & Wulandari, 2025).

Pembahasan hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki peran strategis dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta berkontribusi dalam pencegahan stunting. Aktivitas fisik tidak hanya meningkatkan kebugaran, tetapi juga berperan dalam memperkuat sistem metabolisme dan perkembangan motorik anak. Hal ini memperkuat temuan bahwa intervensi berbasis aktivitas fisik dapat menjadi salah satu pendekatan efektif dalam mengatasi permasalahan stunting yang selama ini lebih banyak difokuskan pada aspek gizi saja (Nugroho & Sari, 2022).

Lebih lanjut, hubungan antara aktivitas fisik dan status gizi menunjukkan bahwa kedua faktor ini saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Aktivitas fisik yang cukup dapat membantu meningkatkan nafsu makan, efisiensi metabolisme, serta penyerapan nutrisi dalam tubuh. Dengan demikian, integrasi aktivitas fisik dalam program pencegahan stunting menjadi penting sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak (Putra & Sari, 2025).

Dari perspektif promosi kesehatan, pendekatan edukatif yang menekankan pentingnya aktivitas fisik sejak usia dini terbukti mampu meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku masyarakat. Edukasi yang dilakukan di sekolah maupun komunitas memberikan dampak positif terhadap peningkatan aktivitas fisik anak. Hal ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan (Sari & Putri, 2024).

Selain itu, hasil penelitian juga menegaskan bahwa kombinasi intervensi antara aktivitas fisik dan gizi memberikan hasil yang lebih efektif dibandingkan intervensi tunggal. Pendekatan ini mampu menurunkan prevalensi stunting secara lebih signifikan karena mengatasi berbagai faktor penyebab secara bersamaan. Oleh karena itu, kebijakan kesehatan perlu mengintegrasikan kedua aspek ini dalam perencanaan dan implementasi program pencegahan stunting (Widodo & Pratama, 2025).

Dari sisi kebijakan, keberhasilan integrasi aktivitas fisik dalam pencegahan stunting sangat dipengaruhi oleh dukungan lintas sektor dan keterlibatan masyarakat. Kolaborasi antara pemerintah, tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan komunitas menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas fisik. Kebijakan berbasis komunitas dinilai lebih efektif karena mampu menyesuaikan intervensi dengan kebutuhan lokal (Santoso & Nugroho, 2024).

Pembahasan ini menegaskan bahwa integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting merupakan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan. Diperlukan penguatan promosi kesehatan, dukungan kebijakan yang konsisten, serta peningkatan partisipasi masyarakat untuk memastikan keberhasilan implementasi program. Dengan pendekatan yang terintegrasi, diharapkan upaya pencegahan stunting dapat memberikan dampak yang lebih optimal terhadap peningkatan kualitas kesehatan anak di masa depan (Rahayu & Wulandari, 2025).

## **SIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi aktivitas fisik dalam kebijakan pencegahan stunting merupakan pendekatan yang efektif dan berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak. Aktivitas fisik tidak hanya berperan dalam meningkatkan kebugaran dan perkembangan motorik, tetapi juga mendukung optimalisasi status gizi melalui peningkatan metabolisme dan penyerapan nutrisi. Pendekatan yang menggabungkan aktivitas fisik, intervensi gizi, serta promosi kesehatan berbasis komunitas terbukti lebih efektif dibandingkan intervensi tunggal. Selain itu, keberhasilan implementasi sangat dipengaruhi oleh dukungan kebijakan, kolaborasi lintas sektor, serta partisipasi aktif masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan penguatan strategi promosi kesehatan dan kebijakan yang terintegrasi guna memastikan upaya pencegahan stunting dapat

berjalan secara optimal dan memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan kualitas sumber daya manusia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Lestari, D., & Nugroho, A. (2022). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian stunting anak usia 6–8 tahun di Sekolah Minggu Ananda. *Jurnal Kesehatan STIKES BCH*, 5(2), 78–85. <https://jurnal.stikesbch.ac.id/index.php/jurnal/article/download/70/92>
- Lestari, D., & Rahayu, S. (2024). Enhancing stunting prevention: Health promotion at community level. *Jurnal Aceh Nutrition*, 7(2), 101–110. <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/download/1815/679>
- Nugroho, A., & Sari, R. (2022). Effect of stunting handling and physical activity on motor ability and physical fitness. *Health Research*, 12(3), 45–52. [https://www.hrpub.org/journals/article\\_info.php?aid=12623](https://www.hrpub.org/journals/article_info.php?aid=12623)
- Pratama, Y., & Widodo, T. (2024). Trends in nutritional status and physical fitness among preschool children in Indonesia. *Proceedings Centamaku*, 2(1), 56–64. <https://proceedings.centamaku.ac.id/article/download/233/245>
- Pratama, Y., & Widodo, T. (2026). Evaluation of community-based stunting prevention policies. *International Journal of Global Health Research*, 5(1), 23–35. <https://jurnal2.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/1267>
- Putra, A., & Sari, D. (2025). Aktivitas fisik dan dampaknya terhadap status gizi anak prasekolah. *IJNuFo*, 3(2), 89–97. <https://e-journal.ivet.ac.id/index.php/IJNuFo/article/view/4182>
- Putri, A., & Fitriani, S. (2019). Penyuluhan tentang aktivitas fisik dalam peningkatan status kesehatan anak. *Majalah Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 67–74. <https://jurnal.unpad.ac.id/mkk/article/download/22574/11273>
- Rahayu, S., & Lestari, D. (2025). Edukasi aktivitas fisik sebagai upaya program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. *JERKIN*, 9(2), 78–85. <https://jerkin.org/index.php/jerkin/article/download/395/285>
- Rahayu, S., & Wulandari, R. (2025). Strategi promosi kesehatan dalam mencegah stunting. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 8(2), 145–156. <https://journal.ugm.ac.id/v3/JMPK/article/download/8538/3342>
- Santoso, B., & Nugroho, A. (2023). Menghindari stunting dengan meningkatkan gizi dan aktivitas fisik anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 33–41. <http://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/download/4232/3163>
- Santoso, B., & Nugroho, A. (2024). Integration of regional policies and collaborative governance in stunting reduction. *Jurnal Bina Praja*, 16(4), 301–315. <https://jurnal.kemendagri.go.id/index.php/jbp/article/view/2398>
- Sari, D., & Putri, A. (2021). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian stunting. *Repository Unhas*. <https://repository.unhas.ac.id/31297>
- Sari, N., & Putra, A. (2023). Aktivitas fisik sebagai upaya percepatan penurunan stunting. *Semantic Scholar*. <https://pdfs.semanticscholar.org>
- Sari, N., & Putri, A. (2024). Physical activity education to prevent stunting and anemia in SDN Setiawarga. *Dedicated Journal*, 8(2), 112–120. <https://ejournal.upi.edu/index.php/dedicated/article/view/62444>
- Sari, R., & Lestari, D. (2015). Kepadatan tulang, aktivitas fisik dan konsumsi makanan berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 6–12 tahun. *Gizi Indonesia*, 43(1), 22–30. [https://www.persagi.org/ejournal/index.php/Gizi\\_Indon/article/view/162](https://www.persagi.org/ejournal/index.php/Gizi_Indon/article/view/162)

- Widodo, T., & Pratama, Y. (2025). Efektivitas promosi gizi seimbang dan aktivitas fisik terhadap penurunan stunting. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 4(1), 15–23. <https://researchhub.id/index.php/jikki/article/view/7268>
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>
- World Health Organization. (2024). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Wulandari, R., & Putra, A. (2022). *Stunting, solusi dan pencegahannya*. Neliti Publications. <https://media.neliti.com/media/publications/617977>
- Wulandari, R., & Santoso, B. (2024). Efektivitas play exercise dan aktivitas fisik pada anak stunting. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi Muhammadiyah*, 12(1), 34–42. <https://journal.um-surabaya.ac.id/Jar/article/view/21728>