

PENGARUH SUPLEMENTASI TRIPTOFAN DAN SENAM OTAK
TERHADAP TINGKAT STRES, DEPRESI, DAN KECEMASAN PADA
LANSIA:
KAJIAN TERHADAP KADAR KORTISOL SALIVA, IMUNOGLOBULIN A
SALIVA, DAN SKOR KUESIONER DASS-42

Tugas Akhir

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Strata 2 (S-2)



Diajukan oleh:

Fiko Danuarta

24/548610/PKU/22798

PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU BIOMEDIK
MINAT UTAMA FISILOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN
UNIVERSITAS GADJAH MADA
YOGYAKARTA

2026

TESIS

Judul

Pengaruh Suplementasi Triptofan dan Senam Otak terhadap Tingkat Stres, Depresi, dan Kecemasan pada Lansia: Kajian terhadap Kadar Kortisol Saliva, Immunoglobulin A Saliva, dan Skor Kuesioner DASS-42

dipersiapkan dan disusun oleh:

Fiko Danuarta
24/548610/PKU/22798

dan telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal: 30 Januari 2026

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama:



dr. Andreanyta Meliala, Ph.D., AIFM

Pembimbing Pendamping:



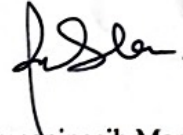
dr. Jajar Setiawan, M.Sc., Ph.D

Ketua Dewan Penguji:



Prof. Dr. dr. Dwi Cahyani Ratna Sari, M.Kes., PA(K)

Anggota Dewan Penguji:



Dr. dr. Rahmaningsih Mara Sabirin, M.Sc

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Master pada Program Pascasarjana
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan

Universitas Gadjah Mada

Tanggal 05 MAR 2026



dr. H.W. Arjani, Ph.D., PAK(K)

Ketua Program Studi Magister Ilmu Biomedik