

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Aromaterapi lavender memperpendek WRS

5.2 Saran

Aromaterapi lavender memperpendek waktu reaksi oleh karena itu dapat digunakan sebagai alternatif untuk meningkatkan konsentrasi saat belajar maupun bekerja.

Perlu juga dilakukan penelitian aromaterapi lavender dengan menggunakan rangsang lain, contoh rangsang suara pada laki-laki dewasa.

Dapat dilakukan penelitian dengan menggunakan aromaterapi selain melalui inhalasi langsung, contoh dengan menggunakan *diffuser*. Selain itu juga dapat dilakukan penelitian dengan mencampur bahan aromaterapi yang digunakan, seperti aromaterapi lavender dicampur dengan aromaterapi *chamomile* atau aromaterapi lavender dicampur dengan aromaterapi lemon.