

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah minyak murni Aromaterapi Lavender 100% menurunkan tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran.

5.2 Saran

Terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti antara lain:

- Penelitian lebih lanjut dengan menggunakan subjek penelitian yang lebih banyak.
- Penelitian dapat dilakukan kepada subjek penelitian perempuan dan laki-laki.
- Penelitian dengan jenis aromaterapi yang berbeda dengan cara pemberian yang berbeda.