

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) meningkatkan memori jangka pendek terhadap gambar pada mahasiswa laki-laki.
2. Aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) meningkatkan memori jangka pendek terhadap angka pada mahasiswa laki-laki.

5.2 Saran

1. Penelitian menggunakan aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) yang dilakukan pada lansia.
2. Penelitian mengenai pengukuran kadar serotonin dalam darah setelah menghirup aromaterapi lavender.