

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Aromaterapi minyak esensial kenanga (*Cananga orodata*) menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun 2020.

5.2 Saran

Berikut saran yang bisa diberikan peneliti kepada pihak-pihak yang terkait berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan.

Mahasiswa dan Masyarakat:

Mahasiswa dan masyarakat dapat menjadikan penggunaan aromaterapi minyak esensial kenanga sebagai alternatif untuk mengurangi kecemasan.

Peneliti Selanjutnya:

1. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jumlah subjek penelitian yang banyak dan beragam sehingga dapat digeneralisasikan kepada masyarakat yang lebih luas.
2. Peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian dengan durasi yang berbeda agar dapat mengetahui waktu efek dari penggunaan aromaterapi minyak esensial kenanga (*Cananga orodata*).
3. Peneliti selanjutnya dapat melakukan dengan metode atau kadar yang berbeda sehingga dapat mengetahui kadar minimal yang efektif untuk pemberian aromaterapi minyak esensial kenanga (*Cananga orodata*).

4. Peneliti selanjunya bisa melakukan penelitian terkait manfaat lain dari aromaterapi minyak esensial kenanga (*Cananga orodata*)

