

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis pengaruh aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) dalam meningkatkan ketelitian dan kewaspadaan pada remaja laki-laki mahasiswa kedokteran maka dapat disimpulkan bahwa:

- Aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) meningkatkan ketelitian pada remaja laki-laki mahasiswa kedokteran.
- Aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) meningkatkan kewaspadaan pada remaja laki-laki mahasiswa kedokteran.

#### **5.2 Saran**

Selain saran berdasarkan hasil penelitian untuk menerapkan hasil penelitian dalam kehidupan sehari-hari, dan akibat adanya keterbatasan saat dilaksanakan penelitian maka dapat disarankan beberapa hal seperti berikut ini untuk penelitian selanjutnya:

- 1) Minyak aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) dapat digunakan dalam menunjang aktivitas sehari-hari yang memerlukan tingkat kewaspadaan dan juga ketelitian yang tinggi.
- 2) Melakukan penelitian lebih lanjut dengan berbagai alternatif metode penggunaan aromaterapi sage yang berbeda.
- 3) Melakukan penelitian pada kondisi sekitar dan lingkungan yang terstandar.
- 4) Melakukan penelitian lebih lanjut terhadap manfaat lain dari penggunaan aromaterapi sage.