

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) meningkatkan memori jangka pendek pada remaja laki-laki mahasiswa Fakultas Kedokteran.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Manfaat

Aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) dapat digunakan oleh masyarakat terutama pelajar dan mahasiswa sebelum melakukan aktivitas sehari-hari sebagai alternatif untuk meningkatkan memori jangka pendek.

5.2.2 Saran Penelitian

- 1) Penelitian dengan jumlah subjek penelitian yang lebih banyak dan beragam agar dapat digeneralisasikan kepada masyarakat luas.
- 2) Penelitian dalam jangka waktu yang lebih lama untuk mengetahui stabilitas efek aromaterapi sage (*Salvia officinalis*).
- 3) Penelitian lebih lanjut dengan metode penggunaan yang berbeda untuk mengetahui apakah metode penggunaan lain memiliki efek yang sama terhadap memori jangka pendek.
- 4) Penelitian untuk mengetahui apakah terdapat efek aromaterapi sage (*Salvia officinalis*) terhadap pasien Covid-19.