

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Minyak esensial *peppermint* mempersingkat waktu reaksi sederhana.
2. Minyak esensial *peppermint* meningkatkan kewaspadaan.

5.2 Saran

1. Melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh minyak esensial *peppermint* pada umur yang berbeda.
2. Melakukan penelitian lebih lanjut untuk membandingkan pengaruh minyak esensial *peppermint* dengan minyak esensial lainnya.
3. Melakukan penelitian lebih lanjut mengenai penggunaan aplikasi lain untuk mengukur waktu reaksi sederhana, misalnya dengan aplikasi “*Reaction Time*” yang dapat diunduh di *play store*.
4. Melakukan penelitian lebih lanjut dalam mengaplikasikan minyak esensial *peppermint* seperti penggunaan *diffuser* dan botol *spray*.