

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Aromaterapi *Jasmine* (*Jasminum sambac*) meningkatkan memori jangka pendek pada pria dewasa.

#### **5.2 Saran**

- Aromaterapi *Jasmine* sebaiknya digunakan untuk meningkatkan produktivitas seseorang baik dalam bekerja di kantor dan membantu belajar sebagai mahasiswa karena cara penggunaannya yang relatif mudah.
- Penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai efek aromaterapi *Jasmine* dalam berbagai aplikasi medis seperti terapi pada pasien dengan gangguan psikologis dan terapi untuk meningkatkan kemampuan kognitif seseorang.
- Dalam penelitian selanjutnya sebaiknya diteliti dosis optimal dan dosis toksisitas dari minyak *Jasmine*.