

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 14 tahun (38,1%) sedangkan untuk usia 12 tahun dan 13 tahun masing-masing sebanyak 13 responden (31,0%), dengan distribusi jenis kelamin yang seimbang antara laki-laki dan perempuan masing-masing 50%
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian aromaterapi *rosemary*, mayoritas siswa (81,0%) memiliki konsentrasi belajar yang rendah, dan 19,0% memiliki konsentrasi sedang.
3. Hasil menunjukkan bahwa 83,3% siswa memiliki konsentrasi belajar tinggi, 16,7% memiliki konsentrasi sedang, dan tidak ada lagi siswa yang memiliki konsentrasi belajar rendah.
4. Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi *rosemary* terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa kelas VIII MTs Masyithoh Gamping. Analisis Paired Sample T-Test diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi. Rata-rata skor konsentrasi meningkat dari $13,67 \pm 2,26$ sebelum intervensi menjadi $19,90 \pm 2,43$ sesudah intervensi, dengan selisih rata-rata sebesar 6,23 poin. Peningkatan ini berkaitan dengan kandungan senyawa aktif 1,8-cineole dan α -pinene pada *rosemary* yang mampu merangsang sistem saraf pusat melalui inhalasi.

B. Saran

1. Bagi Siswa MTS Masyithoh Gamping
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi siswa, khususnya dalam hal peningkatan konsentrasi belajar.
2. Bagi Sekolah MTS Masyithoh Gamping
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan

bagi guru dan pihak sekolah dalam merancang sistem pembelajaran yang mendukung peningkatan konsentrasi belajar siswa. Dengan meningkatnya konsentrasi, diharapkan prestasi belajar siswa juga mengalami peningkatan.

3. Bagi Institusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai literatur pendukung mengenai penggunaan aromaterapi *rosemary* dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah bagi peneliti lain dalam mengembangkan kajian mengenai pemanfaatan aromaterapi *rosemary* terhadap konsentrasi belajar. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar, rentang usia yang berbeda, serta durasi dan dosis pemberian aromaterapi yang bervariasi, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif terkait efektivitas terapi komplementer ini di bidang pendidikan maupun kesehatan.