

ABSTRAK

Asma merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan inflamasi kronik pada saluran napas serta dapat kambuh sewaktu-waktu. Kondisi ini dapat menyebabkan keterbatasan aktivitas fisik, gangguan tidur, peningkatan risiko eksaserbasi akut, hingga penurunan kualitas hidup. Penanganan asma memerlukan strategi jangka panjang yang mencakup pengendalian faktor pencetus serta dukungan dari keluarga. Dalam keperawatan komunitas dan keluarga, pemberdayaan keluarga menjadi komponen penting dalam membantu individu dengan asma menjalani perawatan mandiri di rumah. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah inhalasi uap aromaterapi minyak kayu putih yang mengandung *eucalyptol*, senyawa yang memiliki efek bronkodilator, mukolitik, dan antiinflamasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan terapi uap aromaterapi minyak kayu putih sebagai intervensi komplementer dalam pengelolaan gejala asma. Penelitian dilakukan dengan pendekatan studi kasus terhadap satu keluarga yang memiliki anggota dengan riwayat asma. Intervensi diberikan selama 12 hari berturut-turut, dengan prosedur inhalasi uap dari air panas yang ditetesi 3–5 tetes minyak kayu putih, dilakukan selama 10–15 menit per sesi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, serta pencatatan respons subjektif dan objektif selama dan setelah intervensi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan kenyamanan pernapasan dan tidak ditemukannya gejala sesak selama masa intervensi. Intervensi ini dinilai mudah diterapkan, aman, serta dapat mendukung upaya keluarga dalam pengelolaan asma secara mandiri. Terapi ini berpotensi menjadi pilihan tambahan dalam intervensi nonfarmakologis untuk asma pada tingkat keluarga.

Kata Kunci : Aromaterapi, Asma, Keperawatan Keluarga, Minyak Kayu Putih, Terapi Uap

ABSTRACT

Asthma was identified as a non-communicable disease characterized by chronic inflammation of the airways and recurrent episodes. This condition could lead to physical activity limitations, sleep disturbances, increased risk of acute exacerbations, and a decline in quality of life. The management of asthma required a long-term strategy that included controlling triggering factors and involving family support. In community and family nursing, empowering the family played a crucial role in assisting individuals with asthma to carry out self-care at home. One of the applicable non-pharmacological approaches was steam inhalation aromatherapy using eucalyptus oil, which contained eucalyptol, a compound with bronchodilatory, mucolytic, and anti-inflammatory properties. This study aimed to evaluate the application of eucalyptus oil steam inhalation therapy as a complementary intervention in managing asthma symptoms. The study was conducted using a case study approach involving one family with a member who had a history of asthma. The intervention was carried out for 12 consecutive days, using steam inhalation with 3–5 drops of eucalyptus oil in hot water, administered for 10–15 minutes per session. Data were collected through observation, interviews, and documentation of both subjective and objective responses during and after the intervention. The evaluation results showed improved respiratory comfort and the absence of shortness of breath symptoms throughout the intervention period. This intervention was considered easy to apply, safe, and supportive of family efforts in managing asthma independently. It potentially served as an additional non-pharmacological option for asthma management at the family level.

Keywords: *Aromatherapy, Asthma, Eucalyptus Oil, Family Nursing, Steam Therapy.*