



Nigella Sativa Bermanfaat Memperbaiki Gejala Asma



untuk pengobatan asma.¹



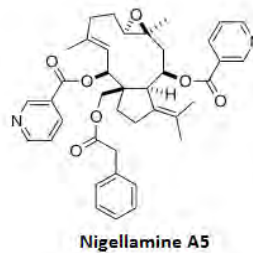
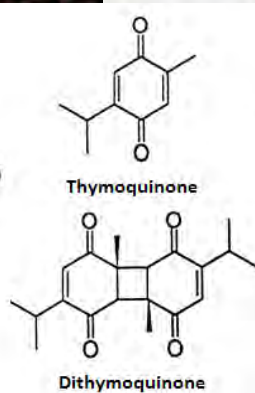
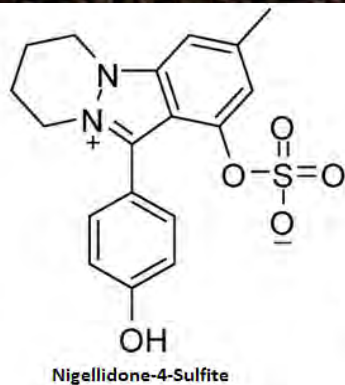
Gambar. *Nigella sativa* atau jinten hitam



Dr. Koshak dan tim dari Inggris dan Arab Saudi melakukan sebuah uji klinik yang diterbitkan di jurnal *Phytotherapy Research* bulan Januari 2017 untuk mengevaluasi efektivitas suplementasi jinten hitam pada pasien dengan asma.²

Sebanyak 80 pasien dengan asma yang tidak terkontrol dengan pengobatan standar diacak (masing-masing 40) untuk mendapatkan pengobatan tambahan berupa minyak jinten hitam (*Nigella sativa oil*) atau plasebo dengan dosis 2 x 500 mg selama 4 minggu kemudian dievaluasi gejala asmanya.²

Hasilnya pada kelompok minyak jinten hitam didapatkan perbaikan gejala asma diukur dengan *asthma control test score* 21,1 (standar deviasi=2,6) vs 19,6 (standar deviasi=3,7) ($p=0,044$). Selain itu, pada kelompok minyak jinten hitam juga didapatkan penurunan hitung eosinofil sebesar -50 (-155 s/d -1) vs 15 (-60 s/d 87) sel/ μL ($p=0,013$).²



N*igella sativa* atau lebih dikenal dengan nama jinten hitam adalah tanaman yang berasal dari Asia Selatan. Tanaman ini banyak ditanam untuk diambil biji yang berasal dari bunganya. Biji jinten hitam ini

banyak dipakai sebagai bumbu penyedap untuk makanan. Selain sebagai bumbu, jinten hitam banyak juga dipakai sebagai herbal untuk pengobatan beberapa jenis penyakit seperti gangguan saluran napas, misalnya

SIMPULAN

Dari uji klinik ini disimpulkan bahwa suplementasi *Nigella sativa* bermanfaat untuk memperbaiki gejala pada pasien asma apabila ditambahkan pada pengobatan standar pasien asma yang tidak terkontrol dengan pengobatan standar. (NNO)

REFERENSI:

- Ahmad A, Husain A, Mujeeb M, Khan SA, Najmi AK, Siddique NA, et al. A review on therapeutic potential of *Nigella sativa*: A miracle herb. *Asian Pac J Trop Biomed*. 2013;3(5):337-52.
- Koshak A, Wei L, Koshak E, Wali S, Alamoudi O, Demerdash A, et al. *Nigella sativa* supplementation improves asthma control and biomarkers: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Phytother Res*. 2017;31(3):403-9. doi: 10.1002/ptr.5761.