

Manfaat Biji Pohon Mahoni (*Swietenia macrophylla*)

[Prof ir Rudy C Tarumingkeng, PhD](#)

RUDYCT e-PRESS

Bogor, Indonesia

Oktober, 2024

Biji pohon **mahoni** (*Swietenia macrophylla*), yang dikenal sebagai **mahoni besar** atau **mahoni Amerika**, memiliki banyak manfaat kesehatan yang telah digunakan dalam pengobatan tradisional di berbagai budaya. Pohon ini banyak ditemukan di wilayah tropis seperti Asia Tenggara dan Amerika Selatan, dan bijinya mengandung senyawa kimia yang dianggap bermanfaat untuk pengobatan alami.

Berikut adalah beberapa **khasiat obat dari biji mahoni** berdasarkan praktik pengobatan tradisional dan beberapa penelitian ilmiah:

1. Mengatasi Diabetes

Biji mahoni mengandung senyawa **saponin** dan **flavonoid** yang dapat membantu mengontrol kadar gula darah. Dalam pengobatan tradisional, biji mahoni sering digunakan untuk

membantu penderita diabetes karena dipercaya mampu meningkatkan sensitivitas insulin dan mengurangi kadar gula darah dalam tubuh. Beberapa penelitian awal menunjukkan efek hipoglikemik dari biji mahoni, meskipun masih diperlukan lebih banyak studi klinis untuk memvalidasi manfaat ini secara ilmiah.

2. Mengatasi Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi)

Biji mahoni diyakini bermanfaat dalam mengurangi tekanan darah tinggi. Kandungan flavonoid dalam biji mahoni membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperkuat pembuluh darah dan membantu melarutkan lemak yang mengendap di dalamnya. Selain itu, saponin dalam biji mahoni membantu memperbaiki elastisitas pembuluh darah, sehingga tekanan darah dapat dikontrol lebih baik.

3. Meningkatkan Imunitas

Kandungan **flavonoid** dalam biji mahoni tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan pembuluh darah, tetapi juga berfungsi sebagai antioksidan yang dapat membantu melindungi tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas. Antioksidan ini dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan melawan infeksi serta peradangan.

4. Mengatasi Gangguan Pencernaan

Biji mahoni dikenal efektif dalam membantu mengatasi gangguan pencernaan, seperti **sakit perut, sembelit**, dan **dispepsia**. Kandungan **serat** yang tinggi dalam biji ini membantu memperbaiki fungsi usus dan memperlancar pencernaan. Selain itu, sifat anti-inflamasi dari biji mahoni juga bermanfaat dalam meredakan iritasi dan peradangan di saluran pencernaan.

5. Mengurangi Nyeri

Biji mahoni juga digunakan sebagai **analgesik alami** untuk mengurangi rasa nyeri. Senyawa anti-inflamasi dan antioksidan dalam biji mahoni membantu mengurangi peradangan yang

sering menjadi penyebab utama nyeri, terutama pada kondisi seperti **radang sendi** dan **rematik**.

6. Meningkatkan Stamina dan Vitalitas

Dalam pengobatan tradisional, biji mahoni kadang digunakan untuk meningkatkan stamina dan vitalitas tubuh. Beberapa orang percaya bahwa konsumsi biji mahoni dapat memberikan energi tambahan, meningkatkan stamina, dan membantu mengatasi kelelahan. Ini mungkin terkait dengan sifat saponin yang dapat membantu memperbaiki metabolisme tubuh.

7. Membantu Pengobatan Malaria

Salah satu penggunaan biji mahoni dalam pengobatan tradisional adalah sebagai obat malaria. Beberapa senyawa aktif dalam biji mahoni, seperti alkaloid, memiliki efek antipiretik (penurun panas) dan antimalaria, sehingga digunakan dalam pengobatan tradisional di daerah-daerah endemik malaria. Namun, efektivitas ini masih perlu diteliti lebih lanjut secara klinis.

8. Mendukung Kesehatan Jantung

Kandungan **flavonoid** dan **saponin** pada biji mahoni juga berperan dalam menjaga kesehatan jantung. Flavonoid membantu mengurangi kadar kolesterol jahat (LDL) dalam darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL), sehingga mencegah penyumbatan arteri dan penyakit jantung. Saponin membantu mengurangi penyerapan lemak dalam tubuh, yang berkontribusi terhadap kesehatan kardiovaskular.

9. Meningkatkan Sirkulasi Darah

Biji mahoni juga dikenal memiliki efek yang baik pada sirkulasi darah. Kandungan flavonoidnya membantu memperkuat pembuluh darah dan memperlancar aliran darah, yang sangat bermanfaat bagi orang-orang yang memiliki masalah peredaran darah, seperti penyakit varises atau penyakit jantung.

Cara Penggunaan Biji Mahoni dalam Pengobatan Tradisional

Biji mahoni biasanya dikonsumsi dalam bentuk **serbuk, pil,** atau **kapsul** yang dibuat dari biji kering. Beberapa orang juga mengonsumsi biji ini langsung dengan mengeringkannya terlebih dahulu. Dosis yang dianjurkan bervariasi tergantung pada kebutuhan dan kondisi kesehatan masing-masing. Dalam pengobatan tradisional, konsumsi biji mahoni sering dikombinasikan dengan herbal lain untuk meningkatkan efektivitasnya.

Efek Samping dan Peringatan

Meskipun biji mahoni memiliki banyak manfaat, penggunaannya harus dilakukan dengan hati-hati. Efek samping yang mungkin terjadi termasuk:

- **Mual atau muntah** jika dikonsumsi dalam jumlah besar.
- **Sakit kepala** atau pusing.
- **Penurunan tekanan darah yang berlebihan**, terutama pada orang yang sudah memiliki tekanan darah rendah.

Karena itu, konsultasi dengan ahli herbal atau dokter sangat dianjurkan sebelum menggunakan biji mahoni sebagai suplemen atau obat.

Kesimpulan

Biji pohon mahoni memiliki berbagai khasiat obat yang bermanfaat untuk mengatasi penyakit seperti diabetes, hipertensi, gangguan pencernaan, dan masalah jantung. Senyawa flavonoid dan saponin yang terkandung dalam biji ini memberikan manfaat yang luas, mulai dari meningkatkan sirkulasi darah hingga mendukung sistem kekebalan tubuh. Namun, penggunaan biji mahoni harus dilakukan secara hati-hati untuk menghindari efek samping yang tidak diinginkan, dan diperlukan lebih banyak penelitian ilmiah untuk memastikan efektivitasnya dalam pengobatan modern.

Biji pohon **mahoni** (*Swietenia macrophylla*) memang mengandung sejumlah senyawa aktif seperti **flavonoid**,

saponin, dan **alkaloid**, yang dikenal memiliki potensi manfaat kesehatan, termasuk sebagai **antioksidan** dan **anti-inflamasi**. Namun, klaim tentang potensi **sifat anti-kanker** dari biji mahoni masih memerlukan penelitian lebih lanjut untuk divalidasi secara ilmiah.

Potensi Sifat Anti-Kanker dari Biji Mahoni

Beberapa senyawa dalam biji mahoni yang berpotensi memiliki sifat **anti-kanker** antara lain:

1. Flavonoid

- Flavonoid adalah kelompok senyawa yang dikenal luas sebagai antioksidan. Mereka bekerja dengan melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat **radikal bebas**, yang dapat menyebabkan mutasi sel dan perkembangan kanker. Flavonoid dalam biji mahoni juga memiliki sifat anti-inflamasi, yang dapat mencegah peradangan kronis, salah satu faktor risiko utama dalam perkembangan kanker.
- Penelitian tentang flavonoid dari berbagai sumber menunjukkan bahwa senyawa ini dapat menghambat pertumbuhan beberapa jenis sel kanker, seperti kanker payudara, kanker usus besar, dan kanker prostat. Namun, efek spesifik flavonoid dari biji mahoni pada kanker masih perlu dikaji lebih dalam.

2. Saponin

- Saponin adalah senyawa yang telah diteliti untuk sifat **antiproliferatif**-nya, yang artinya dapat menghambat pertumbuhan sel-sel kanker. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa saponin dapat membantu mencegah pertumbuhan tumor dan bahkan menginduksi apoptosis (kematian sel terprogram) pada sel-sel kanker. Efek ini sebagian besar terjadi melalui modulasi jalur sinyal tertentu yang mengendalikan pertumbuhan dan pembelahan sel.

- Walaupun saponin ditemukan dalam biji mahoni, penelitian khusus yang memfokuskan pada efek antikanker saponin dari biji ini masih sangat terbatas.

3. Alkaloid

- Alkaloid yang terdapat dalam biji mahoni juga memiliki beberapa potensi farmakologis. Beberapa jenis alkaloid telah diidentifikasi memiliki aktivitas antikanker. Alkaloid bekerja dengan cara yang berbeda dari flavonoid dan saponin, sering kali berfungsi untuk mengganggu proses pembelahan sel atau meningkatkan mekanisme pertahanan tubuh terhadap sel kanker.
- Namun, sekali lagi, penelitian yang mendalam mengenai alkaloid dalam biji mahoni dan hubungannya dengan kanker masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut.

Studi Awal dan Penelitian

Walaupun ada beberapa indikasi bahwa senyawa-senyawa dalam biji mahoni memiliki potensi **anti-kanker**, sebagian besar bukti ini masih bersifat **pra-klinis** atau berbasis laboratorium. Misalnya, beberapa penelitian in vitro (dilakukan pada sel di laboratorium) telah menunjukkan bahwa flavonoid dan saponin dari berbagai tumbuhan dapat menghambat pertumbuhan sel kanker. Namun, hingga saat ini, belum ada studi klinis yang memadai untuk membuktikan bahwa biji mahoni dapat digunakan secara efektif sebagai terapi anti-kanker pada manusia.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan mencakup:

- **Penelitian pada senyawa flavonoid dan antioksidan** yang menunjukkan bahwa radikal bebas berperan dalam pembentukan kanker, dan antioksidan seperti flavonoid dapat membantu melawan radikal bebas. Namun, penelitian yang lebih spesifik tentang biji mahoni dan kanker masih sangat terbatas.

- **Studi farmakologis** menunjukkan bahwa saponin memiliki potensi untuk digunakan dalam pengobatan berbagai penyakit termasuk kanker, tetapi biji mahoni belum secara khusus dipelajari dalam konteks ini.

Kesimpulan

Walaupun biji mahoni mengandung senyawa seperti flavonoid, saponin, dan alkaloid yang memiliki sifat **antioksidan**, **anti-inflamasi**, dan potensi **antiproliferatif**, belum ada bukti ilmiah yang kuat dan spesifik yang membuktikan bahwa biji mahoni memiliki **sifat anti-kanker** yang terbukti efektif pada manusia. Penelitian lebih lanjut, terutama dalam bentuk uji klinis, diperlukan untuk memahami apakah biji mahoni benar-benar dapat berfungsi sebagai terapi atau pencegahan kanker.

Untuk saat ini, biji mahoni bisa dianggap sebagai **suplemen alami** yang bermanfaat dalam mendukung kesehatan umum melalui sifat antioksidan dan anti-inflamasinya. Namun, penggunaannya sebagai pengobatan kanker harus dilakukan dengan hati-hati, dan selalu disarankan untuk berkonsultasi dengan ahli kesehatan sebelum menggunakan suplemen herbal untuk tujuan pengobatan yang serius seperti kanker.