

## KENANGA



Kenanga termasuk dalam keluarga *Annonaceae*. Nama saintifik bagi kenangan ialah *Cananga odorata*. Ketinggian pokok kenanga boleh mencecah sehingga 20 meter. Namun begitu, jika ditanam di halaman atau dalam pasu dan sering dikawal pertumbuhannya dengan kaedah cantasan, pokok kenanga akan tumbuh rendah dan cantik dengan ketinggiannya sekitar dua meter sahaja.



Pokok kenanga tumbuh melalui biji benih dan keratin batang. Bunga kenanga berbau sangat harum. Bentuk bunganya panjang seperti helaian daun atau seperti kulit pisang yang dikupas. Warna bunga kenanga kuning kehijauan ketika muda dan berwarna kuning terang apabila kembang sepenuhnya. Perubatan aromaterapi menggunakan ekstrak bunga kenanga untuk menenangkan jiwa. Bunga kenanga digunakan untuk melegakan kekejangan, menurunkan tekanan darah, dan melancarkan kitaran haid.



Bunga kenanga telah dibuktikan berkesan bagi melegakan demam dan selesema oleh masyarakat Melayu dahulu. Caranya, masukkan bunga kenanga yang dikeringkan ke dalam segelas air panas yang mendidih dan tutup. Minum air itu setelah sejuk. Bagi menghilangkan rasa sesak nafas, bunga kenanga direbus dengan air dan gula pasir. Minum air rebusan itu setiap pagi dan malam. Di halaman rumah, bunga kenanga berbau wangi dan menyegarkan, terutama pada waktu pagi.

Sumber: <http://lamanartikel.dbp.my/>