

PSIKOLOGI WARNA

Putu Ari Darmastuti

PENDAHULUAN

Warna merupakan hal yang selalu ada didalam kehidupan manusia. Pengalaman visual dalam melihat warna berasal dari bias cahaya yang terpantul dari suatu benda. Dikehidupan sehari-hari masyarakat diseluruh penjuru dunia melihat warna tidak dengan cara yang sama. Setiap daerah memiliki kepercayaan dan paradigma tentang warna sesuai dengan kebudayaan mereka dan topografi daerah. Setiap warna memiliki efek psikologis dan persepsi yang berbeda-beda, hal ini berkaitan dengan bagaimana warna membawa memori-memori yang identik dengan tempat atau suasana. Melalui psikologi warna-warna memberikan efek yang beragam sesuai dengan memori-memori yang terasosiasi didalam warna tersebut.

WARNA

Refleksi cahaya memiliki panjang gelombang yang berbeda-beda, yang diserap atau dipantulkan oleh permukaan benda yang berbeda-beda pula. Perbedaan gelombang cahaya inilah yang menciptakan perbedaan warna. Ketika mata menangkap benda berwarna merah, hal itu disebabkan permukaan benda tersebut memantulkan spektrum warna merah dan menyerap warna lain ketika tertimpa cahaya. Cahaya yang berbeda bias sinarnya akan menciptakan warna yang berbeda, contohnya warna cahaya matahari pagi cenderung berwarna kuning pucat. Bias sinar matahari pagi jika menyinari laut akan memantulkan warna air laut yang hijau kebiruan. Sedangkan pada sore hari warna cahaya matahari cenderung berwarna oranye kemerahan. Oleh karena itu, ketika bias cahaya matahari sore ini menyinari laut akan terlihat berwarna abu-abu kecoklatan (Akmal, 2006).

Haller (2019) mengungkapkan pada saat eksperimen Newton di akhir 1660-an, orang-orang percaya bahwa warna adalah campuran terang dan gelap, dan prisma lah yang membuat warna terang - yang membawa kita ke bagian berikutnya dalam teka-teki fenomena warna. Apa yang ditunjukkan Newton adalah bahwa warna sebenarnya adalah sifat cahaya yang dipantulkan dari benda, bukan sifat benda itu sendiri. Ketika kita melihat suatu benda, warna yang kita lihat bergantung pada cahaya yang dipantulkan dari permukaannya. ke dalam mata kita. Objek tampak berwarna berbeda

karena menyerap beberapa panjang gelombang cahaya dan memantulkan yang lain. Mata kita hanya melihat warna yang dipantulkan - atau dipantulkan.

Benda putih tampak putih karena memantulkan semua warna. Benda hitam menyerap semua warna, sehingga tidak ada cahaya yang dipantulkan - itulah salah satu alasan mengapa tidak nyaman mengenakan pakaian hitam di hari yang cerah. Ketika saya belajar tentang warna, ini adalah bagian yang saya temukan mengejutkan - dan terkadang masih membuat saya takjub, bahwa warna yang kita lihat adalah warna yang ditolak. Bayangkan semua warna spektrum yang terlihat mengenai apel merah ini, misalnya. Kami melihatnya sebagai merah karena cahaya merah yang tidak diambil oleh setiap apel adalah apa yang dipantulkan kembali kepada kami. Semua panjang gelombang lainnya telah diserap (Haller, 2019).

WARNA DAN PSIKOLOGI

Pernyataan Haller pada buku *The Little Book of Colour, How to Use The Psychology in Colour to Transform Your Life* warna bukan hanya masalah persepsi visual, ingatan pribadi, dan makna simbolis. Ini memiliki dampak psikologis yang kuat. Warna memiliki kemampuan untuk secara mendalam mempengaruhi bagaimana kita merasa, berpikir, dan mempengaruhi cara kita berperilaku. Hal tersebut sama di seluruh dunia. Apa pun makna budaya atau pribadi yang kita anggap sebagai warna, jika menyangkut kehidupan batin kita, itu memiliki dampak universal (Haller, 2019: 61). Diketahui bersama bahwa setiap warna memiliki sifat dan dampak tertentu yang kita kenal dengan psikologi warna. Warna-warna dasar seperti merah, kuning dan biru memiliki makna tersendiri baik secara universal dan berkaitan dengan budaya daerah tertentu.

Bapak psikoanalisis, Sigmund Freud, pada Heller (2019) mengungkapkan beliau sering menggunakan metafora gunung es untuk menggambarkan pikiran. Puncak gunung es mewakili pikiran sadar - segala sesuatu yang kita sadari pada saat tertentu, termasuk ingatan, perasaan, sensasi, dan persepsi. Tepat di bawah permukaan air adalah pikiran bawah sadar (kadang-kadang disebut alam bawah sadar). Di sinilah pikiran, perasaan, dan ingatan yang tidak segera kita sadari - tetapi dapat dengan mudah diakses - berada. Di bawah ini, terendam jauh di bawah air, adalah bagian terbesar dari gunung es. Ini mewakili pikiran bawah sadar. Inilah semua kepercayaan, emosi, impuls, keinginan, ingatan, dan pikiran naluri yang aksesnya berada di luar kendali kita yang disengaja. Bagi Freud, bagian terpenting dari pikiran

adalah alam bawah sadar, bagian di bawah permukaan, karena pikiran bawah sadarlah yang mendorong perilaku kita.

Psikologi warna dapat membawa kita ke kepribadian otentik, baik dari bisnis atau seseorang. Dan ketika kita menemukan warna yang merupakan inti dari DNA kita, saat itulah keajaiban terjadi (Haller, 2019: 14). Warna memiliki peran penting didalam kehidupan manusia, warna yang sering dijumpai akan membekas dan tersimpan didalam memori jangka panjang. Warna juga dapat membantu kita menemukan identitas atau keunikan dari seseorang, brand, tempat, ataupun suasana.

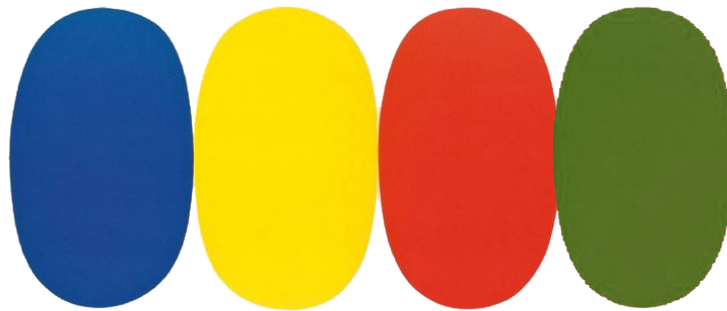
Warna dan psikologi berkaitan erat dengan memori-memori yang tersimpan. Memori-memori yang berkaitan dengan pengalaman visual manusia selama hidupnya. Warna-warna yang tersimpan didalam memori memiliki kesan tersendiri yang dapat berupa apapun, suasana, benda, alam, binatang dan lainnya. Warna-warna yang berkesan akan selalu akan diingat dan dapat memicu ketertarikan terhadap warna tersebut. Warna tidak hanya sebagai persepsi visual tetapi, personal memori, atau sebuah simbol. Warna memiliki dampak psikologi yang dapat mempengaruhi bagaimana kita berperilaku, berfikir dan apa yang kita rasakan.

PSIKOLOGI WARNA PRIMER

Warna dan psikologi berkaitan dengan persepsi yang otak kita tangkap dan perasaan yang kita rasakan. Setiap warna memiliki kesan dan persepsi yang berbeda-beda. Setiap warna membangkitkan memori – memori yang identic dengan warna tersebut. Haller (2019) dalam buku *The Little Book Of Colour* mengungkapkan psikologi dari warna primer yaitu merah, kuning, biru dan hijau.

- Merah : Merah mempengaruhi kita secara fisik. Warna merah meningkatkan detak jantung, menyebabkan denyut nadi kami terasa untuk mempercepat, yang dapat memberikan kesan bahwa waktu berlalu lebih cepat dari yang sebenarnya. Merah dapat mengaktifkan naluri 'lawan atau lari': fisiologis reaksi yang terjadi dalam menanggapi ancaman atau serangan.
- Kuning : Kuning dapat memicu respons emosional. Hal itu berdampak pada sistem saraf – sistem yang mentransmisikan sinyal ke dan dari otak ke seluruh tubuh – membuat warna kuning warna terkuat dalam istilah psikologis.
- Biru : Warna biru mempengaruhi respon mental yang menangkap warna tersebut.

- Hijau : Warna hijau merupakan simbol dari keharmonisan dan keseimbangan. Warna ini berada diantara keterkaitan merah dan respon fisik, simbol kecerdasan warna biru, sisi emosional warna kuning, dan hijau merupakan keseimbangan pada otak, badan, dan sisi emosional.



Gambar 1. Warna Primer
Sumber : Darmastuti, 2021

KESIMPULAN

Warna yang hadir di dalam kehidupan manusia memiliki makna dan kekuatan persepsi yang berbeda-beda. Setiap warna memiliki persepsi yang berbeda dan dapat mempengaruhi psikologis manusia yang melihatnya. Hal tersebut muncul karena memori-memori yang dimiliki manusia yang tersimpan di dalam alam bawah sadar. Warna memiliki peran penting didalam kehidupan manusia, warna yang sering dijumpai akan membekas dan tersimpan didalam memori jangka panjang.

Bagaimana warna dapat mempengaruhi psikologi manusia dapat dilihat dari kuat intensitas warna tersebut. Warna dapat menjadi sangat jenuh jika terlalu gelap dan dapat menenangkan jika intensitasnya lebih terang. Warna biru yang lebih gelap dapat menimbulkan efek lebih jenuh, sementara warna biru yang lebih ringan dan dapat menenangkan. Merah tua yang kuat dapat memberikan kesan menggembirakan, tetapi merah muda yang lembut, memberikan dampak menenangkan dan menghibur. Semakin pekat warna kuning semakin kuat efek emosionalnya. Semakin dalam hijau, semakin bisa merasakan kekuatannya untuk menyeimbangkan.

DAFTAR PUSTAKA

Akmal, I. (2006). *Menata Rumah Dengan Warna*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Haller, K. (2019). *The little book of colour: How to use the psychology of colour to transform your life*.