Imajinasi : Jurnal Ilmu Pengetahuan, Seni, dan Teknologi
Volume. 2, Nomor.2 Juni 2025
e-ISSN :3032-1794; p-ISSN :3032-2219, Hal 82-94
DOI: https://doi.org/10.62383/imajinasi.v2i2.620
Available online at: https://journal.asdkvi.or.id/index.php/Imajinasi

Estetika Visual dan Pengaruhnya terhadap Kenyamanan Psikologis dalam Ruang

Adi Kurniawan[1*], Achmad Zakky Tamami[2]
[1-2]Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia
adi420598@gmail.com[1], Zakkytamami@gmail.com[2]

Alamat: Jalan Prof. Hamka, Ngaliyan, Kota Semarang 50185, Jawa Tengah, Indonesia
*Korespondensi penulis: adi420598@gmail.com**

***Abstract**. Visual aesthetics in interior design plays an important role in shaping an individual's emotional and psychological experience in a space. A visually appealing room design can create a positive and pleasant impression. Symmetrical ratios, careful color selection, and decorative elements can evoke emotional responses and enhance the beauty of perception. This study aims to examine the relationship between visual aesthetic elements such as color, lighting, texture, and layout with the level of psychological comfort of the occupants of the space. The methods used in this study are qualitative and quantitative approaches, through observation, and interviews. The results of the study indicate that spaces with harmonious and harmonious visual aesthetics significantly increase feelings of calm, focus, and psychological comfort. Conversely, rooms with chaotic or too monotonous designs can trigger stress and discomfort. These findings emphasize the importance of the role of aesthetics in designing spaces that are not only functional, but also support the mental health and well-being of their users.*

***Keywords:** Interior Design, Psychological Comfort , Space Perception, Visual Aesthetics.*

Abstrak. Estetika visual dalam desain interior memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman emosional dan psikologis individu yang berada di dalam suatu ruang. desain ruangan yang menarik secara visual dapat menciptakan kesan yang positif dan menyenangkan. Rasio simetri, warna yang dipilih dengan cermat, dan elemen dekoratif dapat membangkitkan respons emosional dan meningkatkan persepsi keindahanPenelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara elemen-elemen estetika visual seperti warna, pencahayaan, tekstur, dan tata letak—dengan tingkat kenyamanan psikologis penghuni ruang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dan kuantitatif, melalui observasi, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ruang dengan estetika visual yang harmonis dan selaras secara signifikan meningkatkan perasaan tenang, fokus, dan nyaman secara psikologis. Sebaliknya, ruang dengan desain yang kacau atau terlalu monoton dapat memicu stres dan ketidaknyamanan. Temuan ini menegaskan pentingnya peran estetika dalam perancangan ruang yang tidak hanya fungsional, tetapi juga mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan penggunanya.

Kata kunci: Desain Interior, Estetika Visual, Kenyamanan Psikologis, Persepsi Ruang.

1. LATAR BELAKANG

Estetika visual dalam ruang merupakan elemen penting yang memengaruhi persepsi, emosi, dan perilaku manusia. Unsur-unsur seperti warna, pencahayaan, tekstur, tata letak, serta bentuk furnitur dan dekorasi berkontribusi pada kesan keseluruhan suatu ruang (Waista, 2024). Dalam konteks desain interior, estetika tidak hanya berkaitan dengan keindahan, tetapi juga dengan fungsi dan makna simbolis yang terkandung di dalamnya. Penataan visual yang harmonis mampu menciptakan suasana yang mendukung kenyamanan psikologis bagi penghuni. Penting untuk memahami peran estetika visual sebagai bagian integral dari pengalaman ruang (Ramadhani, 2016).

Received: Mei 02, 2025; Revised: Mei 16, 2025; Accepted: Mei 31, 2025; Published: Juni 02, 2025

Estetika visual dalam desain interior memegang peranan penting dalam menciptakan kenyamanan psikologis bagi penghuni ruang. Dalam kehidupan modern, manusia menghabiskan sebagian besar waktunya di dalam ruangan, sehingga kualitas lingkungan interior sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis dan kesejahteraan mental penggunanya (Nugroho dan Iyati, 2021). Elemen-elemen estetika visual seperti warna, pencahayaan, tekstur, pola, dan tata letak tidak hanya berfungsi sebagai aspek estetika semata, tetapi juga memiliki dampak langsung terhadap emosi, persepsi, dan kenyamanan psikologis individu yang berada di dalam ruang tersebut. ruang dengan estetika visual yang harmonis dan selaras dapat meningkatkan perasaan tenang, fokus, dan nyaman secara psikologis, sedangkan ruang yang didesain secara tidak teratur atau monoton dapat memicu stres dan ketidaknyamanan (Darmawan & Avenzoar, 2023).

Misalnya, warna-warna sejuk seperti biru dan hijau diketahui mampu memberikan efek menenangkan pada sistem saraf, sehingga dapat mendukung proses pemulihan dan mengurangi tingkat stres. Selain itu, pencahayaan yang tepat dan tata letak yang ergonomis juga berkontribusi pada kenyamanan fisik dan psikologis penghuni ruang. Keterkaitan antara desain interior dan psikologi manusia menuntut perancang untuk mempertimbangkan berbagai faktor seperti identitas, privasi, keselamatan, fungsionalitas, dan estetika dalam menciptakan ruang yang tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan penggunanya, dengan demikian, pemahaman mendalam mengenai estetika visual dan pengaruhnya terhadap kenyamanan psikologis sangat penting sebagai dasar dalam perancangan ruang yang efektif dan manusiawi (Pokhrel, 2024).

Dalam era modern saat ini, manusia menghabiskan sebagian besar waktunya di dalam ruang tertutup seperti rumah, kantor. Kualitas desain interior yang tidak hanya fungsional tetapi juga estetis sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis penghuninya. Estetika visual yang meliputi elemen warna, pencahayaan, tekstur, dan tata letak ruang memiliki peran penting dalam menciptakan suasana yang nyaman dan menenangkan secara psikologis (Kumala & Arsandrie, 2021). Ruang dengan estetika visual yang harmonis dapat meningkatkan perasaan tenang, fokus, dan kenyamanan, sementara ruang yang kurang terorganisir atau monoton cenderung menimbulkan stres dan ketidaknyamanan. Selain itu, faktor-faktor seperti sirkulasi udara, penghawaan, dan tata letak juga berkontribusi pada kenyamanan psikologis penghuni ruang, Estetika visual yang baik tidak hanya memperindah ruang tetapi juga berfungsi sebagai stimulus positif yang dapat memengaruhi mood dan kesejahteraan mental penggunanya (Kumala & Arsandrie, 2021).

Fenomena kenyamanan psikologis dalam ruang telah menjadi perhatian dalam bidang psikologi lingkungan dan arsitektur. Berbagai studi menunjukkan bahwa elemen visual tertentu dapat memicu respon emosional positif seperti ketenangan, rasa aman, dan kepuasan. Kenyamanan psikologis ini tidak hanya berdampak pada suasana hati, tetapi juga berpengaruh terhadap produktivitas, kreativitas, dan kesejahteraan individu. Lingkungan yang secara visual tidak menyenangkan cenderung menimbulkan stres, kelelahan mental, dan gangguan kognitif. Maka dari itu, desain ruang yang estetis menjadi aspek strategis dalam meningkatkan kualitas hidup (Kanaya, 2024).

Persepsi estetika bersifat subjektif namun memiliki kecenderungan universal terhadap keselarasan dan keteraturan. Nilai estetika tidak berdiri sendiri, melainkan berinteraksi dengan latar belakang budaya, pengalaman personal, dan konteks sosial individu. Walau demikian, terdapat prinsip-prinsip umum seperti proporsi, simetri, keseimbangan, dan ritme visual yang dapat diterapkan untuk membangun kesan estetis. Ruang yang dirancang dengan memperhatikan prinsip-prinsip tersebut cenderung lebih mampu menenangkan dan menginspirasi penghuninya. Integrasi prinsip estetika dengan kebutuhan psikologis menjadi pendekatan yang holistik dalam desain ruang (Satwiko, 2024).

Hal ini dapat terlihat dari tata ruang yang monoton, pemilihan warna yang tidak selaras, atau pencahayaan yang tidak mendukung suasana ruang. Padahal, elemen-elemen tersebut memiliki pengaruh besar terhadap persepsi kenyamanan seseorang di dalam ruang. Ketidaksesuaian antara bentuk visual dan fungsi ruang seringkali menciptakan disonansi kognitif yang merugikan secara psikologis. Penting bagi desainer dan arsitek untuk mempertimbangkan dimensi estetika secara lebih serius dalam perancangan ruang. Dalam konteks ini, estetika visual dapat berperan sebagai elemen restoratif yang membantu individu pulih dari kelelahan kognitif. Hal ini menunjukkan adanya hubungan erat antara desain visual dan keseimbangan psikologis. Pendekatan neuro-arsitektur juga mendukung pentingnya desain visual terhadap respons otak manusia (Salsabila, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa paparan terhadap bentuk visual tertentu dapat memicu aktivasi area otak yang berhubungan dengan emosi positif dan rasa nyaman. Estetika visual bukan semata-mata masalah selera, melainkan memiliki landasan ilmiah dalam ilmu saraf. Pemanfaatan data neurologis ini dapat memperkaya perancangan ruang agar lebih sesuai dengan kebutuhan psikologis manusia. Pendekatan multidisipliner ini membuka peluang baru dalam menjembatani seni dan sains dalam desain ruang. Kenyamanan psikologis dalam ruang juga dipengaruhi oleh persepsi terhadap kendali, privasi, dan identitas. Estetika visual yang mendukung ekspresi diri dan personalisasi ruang dapat meningkatkan rasa memiliki terhadap

lingkungan (Sutanto, 2020). Dalam konteks ini, desain yang terlalu generik atau impersonal dapat mengurangi keterikatan emosional penghuni terhadap ruang tersebut.

Estetika visual yang sensitif terhadap karakter dan preferensi individu dapat memperkuat kenyamanan psikologis. Hal ini menekankan perlunya pendekatan partisipatif dalam perancangan ruang. Selain itu, keberlanjutan (sustainability) dalam desain estetika juga berkontribusi terhadap kenyamanan psikologis. Elemen-elemen visual yang mencerminkan prinsip keberlanjutan seperti material alami, pencahayaan alami, dan desain biofilik terbukti meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan emosional. Keterhubungan visual dengan alam (visual connection to nature) memiliki efek terapeutik yang signifikan. Estetika visual yang memperhatikan nilai-nilai ekologis juga memperkuat dimensi psikologis dari kenyamanan ruang (Wardani, 2022).

Integrasi aspek lingkungan dan psikologis ini menjadi kebutuhan dalam desain ruang masa kini. Pemahaman masyarakat umum dan sebagian praktisi terhadap estetika visual masih terbatas pada aspek dekoratif semata. Pendekatan yang bersifat dangkal ini mengabaikan dimensi psikologis yang lebih dalam dari pengalaman visual. Edukasi dan penyebaran informasi mengenai pentingnya estetika visual dalam konteks kesejahteraan mental perlu ditingkatkan. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih kritis dan apresiatif terhadap desain ruang yang mereka tempati. Kesadaran kolektif ini akan mendorong terciptanya lingkungan binaan yang lebih sehat secara psikologis (Rusdy, 2021).

Estetika visual memainkan peran krusial dalam menciptakan kenyamanan psikologis dalam ruang. Perpaduan antara prinsip-prinsip estetika dan pemahaman terhadap kebutuhan emosional individu merupakan fondasi penting dalam perancangan ruang yang manusiawi. Penelitian mengenai hubungan antara estetika visual dan kenyamanan psikologis menjadi sangat relevan untuk menjawab tantangan desain ruang modern. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis bagi pengembangan desain ruang yang lebih empatik. Dengan pendekatan ilmiah, estetika visual dapat menjadi sarana strategis dalam mewujudkan ruang yang tidak hanya indah, tetapi juga menenangkan jiwa.

2. KAJIAN TEORITIS

Estetika visual merupakan cabang dari estetika yang berfokus pada pengalaman visual manusia terhadap suatu objek atau lingkungan, termasuk ruang arsitektural dan interior. Teori estetika klasik seperti yang dikemukakan oleh Immanuel Kant menempatkan keindahan sebagai pengalaman subjektif yang memiliki dasar universal, sementara pendekatan modern dalam estetika lingkungan (*environmental aesthetics*) menekankan keterkaitan antara persepsi

visual dan konteks ruang tempat manusia berada. Dalam bidang psikologi lingkungan, estetika visual dipahami sebagai bagian dari stimulus lingkungan yang dapat memengaruhi persepsi, afeksi, dan perilaku individu (Redjeki, 2022). Kaplan dan Kaplan (1989) melalui Preference Framework menjelaskan bahwa lingkungan yang secara visual koheren, kompleks, dan memberikan kemungkinan eksplorasi cenderung lebih disukai karena memberikan rasa kendali dan kenyamanan. Teori ini menjadi salah satu landasan penting dalam memahami hubungan antara aspek visual suatu ruang dan kenyamanan psikologis penghuninya.

Teori kenyamanan psikologis dalam ruang sangat erat kaitannya dengan konsep restorative environments, yaitu lingkungan yang mendukung pemulihan mental dari kelelahan kognitif dan stres. Menurut Attention Restoration Theory (ART), yang dikembangkan oleh Kaplan & Kaplan, ruang yang memiliki kualitas visual tertentu seperti kejelasan struktur, kompatibilitas, dan keterhubungan dengan alam dapat membantu proses pemulihan perhatian (Sachari, 2007). Selain itu, teori affective response dari Ulrich (1991) menekankan bahwa respons emosional seseorang terhadap lingkungan dapat terjadi secara instan dan otomatis berdasarkan persepsi estetika awal. Penataan visual yang harmonis, pencahayaan yang alami, serta pemilihan warna yang sesuai dapat menimbulkan perasaan tenteram dan menyenangkan. Maka dari itu, teori-teori ini menegaskan pentingnya unsur visual dalam mendukung keseimbangan psikologis individu di dalam suatu ruang.

Pendekatan neuro-arsitektur juga memberikan perspektif yang lebih empiris terhadap hubungan antara estetika visual dan kenyamanan psikologis. Studi dalam ilmu saraf menunjukkan bahwa persepsi terhadap elemen visual tertentu, seperti lengkungan lembut, pencahayaan natural, dan warna-warna alam, dapat mengaktifkan area otak yang berkaitan dengan relaksasi dan emosi positif. Penelitian oleh (Coburn et al. 2020) menegaskan bahwa desain visual ruang dapat memengaruhi sistem limbik, yaitu pusat kendali emosi dalam otak manusia. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman estetika dalam ruang bukan hanya bersifat subjektif, tetapi memiliki dasar biologis yang konkret. Desain ruang yang memperhatikan estetika visual memiliki potensi besar untuk mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan emosional secara ilmiah dan sistematis.

Berbagai penelitian terdahulu telah mendukung keterkaitan antara estetika visual dan kenyamanan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh (J. Heerwagen, 2006) menunjukkan bahwa desain ruang kerja yang mengandung elemen visual alami dapat meningkatkan kepuasan kerja dan mengurangi stres. Studi lain oleh (Augustin & Fell, 2015) dalam Place Advantage juga menunjukkan bahwa ruang yang dirancang dengan prinsip estetika yang tepat cenderung lebih dihargai oleh penggunanya dan dapat meningkatkan keterikatan emosional

terhadap tempat tersebut. Selain itu, penelitian oleh (Kuller et al., 2009) menemukan bahwa warna, pencahayaan, dan tata ruang dapat memengaruhi suasana hati, stres, serta motivasi individu secara signifikan. Temuan-temuan ini memberikan bukti empiris bahwa dimensi estetika dalam desain ruang memiliki pengaruh nyata terhadap kondisi psikologis pengguna. Penelitian ini memiliki relevansi tinggi untuk mengisi celah kajian dalam mengintegrasikan pendekatan estetika visual dengan dimensi psikologis secara lebih mendalam.

Secara teoritis, estetika visual dalam ruang dapat diposisikan sebagai stimulus lingkungan yang secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi persepsi kenyamanan, ketenangan, dan kesejahteraan psikologis. Ketika elemen visual dirancang secara terintegrasi dengan fungsi ruang, maka ruang tersebut akan mampu mendukung kebutuhan psikologis dasar seperti rasa aman, privasi, dan kendali. Kenyamanan psikologis bukan hanya berkaitan dengan tidak adanya gangguan, melainkan juga melibatkan munculnya perasaan positif yang mendukung fungsi kognitif dan afektif individu. Penting untuk menelaah secara mendalam bagaimana estetika visual dapat digunakan sebagai instrumen dalam menciptakan ruang yang mendukung kesehatan mental dan kualitas hidup. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperkuat pemahaman teoretis sekaligus memberikan kontribusi praktis dalam praktik desain ruang berbasis kesejahteraan psikologis.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan campuran (mixed methods) yang menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai pengaruh estetika visual terhadap kenyamanan psikologis dalam ruang. Pendekatan ini dipilih agar data yang diperoleh tidak hanya bersifat numerik dan terukur, tetapi juga mendalam dan kontekstual, sehingga dapat memberikan gambaran yang utuh tentang hubungan antara elemen estetika visual dan kenyamanan psikologis. Dalam tahap pengumpulan data, observasi langsung dilakukan untuk mengamati secara rinci elemen-elemen estetika visual yang terdapat dalam ruang penelitian, seperti penggunaan warna, pencahayaan, tekstur, dan tata letak. Observasi ini bertujuan untuk mendokumentasikan kondisi fisik ruang dan bagaimana elemen-elemen tersebut tersusun serta berinteraksi satu sama lain.

Wawancara mendalam dilakukan kepada penghuni atau pengguna ruang dengan tujuan menggali pengalaman subjektif dan persepsi psikologis mereka terkait kenyamanan yang dirasakan saat berada di dalam ruang tersebut. Wawancara ini memungkinkan peneliti memahami faktor-faktor psikologis yang mungkin tidak terlihat secara langsung melalui observasi fisik. Hasil dari analisis kuantitatif dan kualitatif kemudian dikombinasikan secara

integratif untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh mengenai pengaruh estetika visual terhadap kenyamanan psikologis dalam ruang. Pendekatan ini memungkinkan penelitian tidak hanya mengukur aspek kenyamanan psikologis secara kuantitatif, tetapi juga memahami konteks dan pengalaman subjektif pengguna ruang secara mendalam.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Warna dan Kecahayaan

Warna dan pencahayaan merupakan dua elemen estetika visual yang sangat memengaruhi kenyamanan psikologis seseorang dalam suatu ruang, warna yang digunakan dalam ruang memiliki efek psikologis yang kuat. Kombinasi yang harmonis antara keduanya tidak hanya menciptakan suasana visual yang menyenangkan, tetapi juga mampu mengatur emosi, meningkatkan produktivitas, serta mendukung kesejahteraan mental pengguna ruang. Warna-warna dingin seperti biru dan hijau cenderung memberikan efek menenangkan dan meningkatkan rasa nyaman, sedangkan warna hangat seperti oranye dan kuning dapat menimbulkan energi dan semangat (Vedri Rahmadhana & Heldi Heldi, 2023).

Gambar 1. Interior ruangan dengan warna cerah

Sumber: mitra10.com, 2024

Sedangkan untuk pencahayaan, pencahayaan alami terbukti menjadi faktor dominan yang berkontribusi pada kenyamanan psikologis responden. Sebagian besar peserta penelitian menyatakan bahwa ruang dengan pencahayaan alami yang cukup baik melalui jendela besar, skylight, maupun ventilasi terbuka memberikan rasa segar, terbuka, dan meningkatkan suasana hati. Sebaliknya, ruang dengan pencahayaan minim atau terlalu redup dilaporkan memicu rasa kantuk, dan bahkan menimbulkan perasaan depresi ringan pada beberapa individu (Revy et al., 2024).

Gambar 2. Interior dengan pencahayaan alami

Sumber: rumah123.com, 2024

Tata letak

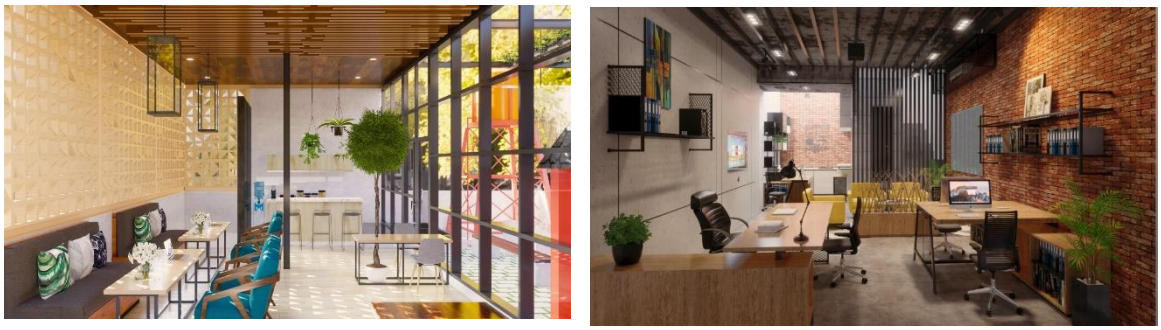
Tata letak merupakan aspek fundamental dalam desain interior yang berperan besar dalam menciptakan estetika visual sekaligus mendukung kenyamanan psikologis dalam ruang. Tata letak tidak hanya berfungsi mengatur posisi elemen fisik dalam ruang, tetapi juga membentuk persepsi pengguna terhadap kenyamanan, keteraturan, dan keindahan. Tata letak yang baik mempertimbangkan beberapa aspek utama, yakni fungsi, alur sirkulasi, proporsi, keseimbangan, serta penempatan elemen visual seperti furnitur, pencahayaan, dan aksen dekoratif. Beberapa temuan utama dalam penelitian ini antara lain, Pertama, sirkulasi ruang yang lancar memiliki dampak positif terhadap kenyamanan psikologis. Ruangan yang menyediakan jalur pergerakan yang jelas, bebas hambatan, dan memungkinkan mobilitas yang mudah memberikan rasa aman dan terhindar dari stres.

Ketika pengguna ruang tidak merasa terhambat atau terjebak oleh penempatan furnitur atau dinding partisi, mereka cenderung lebih tenang dan leluasa dalam beraktivitas. Kedua, keseimbangan visual menjadi faktor penting dalam menciptakan ketenangan batin. Tata letak yang simetris atau memiliki titik fokus visual yang jelas, seperti penempatan sofa menghadap jendela atau lukisan dinding yang dominan, mampu menarik perhatian secara alami dan memberikan rasa harmonis. Ketidakseimbangan dalam visual ruang sering kali menimbulkan kesan kacau dan membuat pengguna merasa tidak nyaman secara tidak sadar. Ketiga, fleksibilitas dan adaptabilitas tata letak juga memberikan kontribusi signifikan terhadap kenyamanan psikologis.

Ruang yang memungkinkan pengguna untuk mengatur ulang posisi elemen interior sesuai kebutuhan atau preferensi pribadi menciptakan rasa memiliki dan kontrol terhadap lingkungan, yang secara psikologis meningkatkan kenyamanan dan kepuasan dalam menggunakan ruang tersebut. Keempat, proporsi dan skala yang sesuai antara furnitur dan luas

ruangan berperan dalam menciptakan persepsi lapang dan terorganisir. Furnitur yang terlalu besar dalam ruangan kecil dapat menimbulkan perasaan sesak dan tertekan, sedangkan proporsi yang tepat menciptakan ruang yang terasa seimbang, luas, dan mendukung aktivitas sehari-hari dengan efisien (Umaroh et al., 2024).

Penataan ruang yang baik sangat berperan dalam menciptakan suasana yang nyaman dan mendukung kesejahteraan mental penghuni. Tata letak yang terorganisir dengan memperhatikan aspek fungsional dan personal space dapat meningkatkan rasa aman, nyaman, dan mengurangi tingkat stres pengguna ruang. Tata letak yang memberikan sirkulasi udara dan ruang gerak yang memadai memungkinkan penghuni merasa bebas bergerak dan tidak tertekan, sehingga meningkatkan kenyamanan psikologis, ruang yang terorganisir dengan baik juga memungkinkan individu merasa aman dan nyaman secara emosional. Sebaliknya, tata letak yang padat dan kurang memperhatikan personal space dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan stress (Made et al., 2024).



Gambar 3. Tata letak kantor

Sumber: interiordesign.id, 2024

Kenyamanan Psikologis Dan Kesejahteraan Penghuni

Kenyamanan psikologis merujuk pada keadaan emosional yang stabil, tenang, dan positif yang dirasakan seseorang saat berada dalam suatu ruang. Dalam konteks estetika visual, kenyamanan psikologis terbentuk ketika elemen-elemen visual dalam ruang seperti warna, bentuk, pencahayaan, tekstur, dan keteraturan tata letak mampu menciptakan suasana yang mendukung ketenangan dan kestabilan mentalKenyamanan psikologis dalam ruang tidak hanya berkaitan dengan aspek visual, tetapi juga dengan bagaimana ruang tersebut memenuhi kebutuhan privasi, sirkulasi udara, dan fungsi sosial. Penataan ruang yang memungkinkan interaksi sosial yang positif sekaligus memberikan ruang personal yang cukup dapat meningkatkan kesejahteraan mental penghuni (Rubiyanti, 2023).

Kesejahteraan penghuni mencakup kondisi hidup yang sehat secara fisik, emosional, dan sosial. Dalam kaitannya dengan desain ruang dan estetika visual, kesejahteraan ini tidak hanya terbentuk dari aspek fungsionalitas, tetapi juga dari bagaimana ruang dapat memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional penghuninya. Hasil studi menunjukkan bahwa estetika visual yang mendukung kenyamanan psikologis berkontribusi besar terhadap kesejahteraan secara keseluruhan. Ruang yang rapi, terang, bersih, dan estetis mampu meningkatkan mengurangi stres, serta memperbaiki suasana hati. Di ruang kerja, desain yang menarik dan terorganisir dapat meningkatkan produktivitas dan motivasi. Di ruang privat seperti kamar atau ruang keluarga, desain yang menenangkan membantu proses pemulihan emosi dan mendukung kebahagiaan. Dengan demikian, kesejahteraan penghuni sangat bergantung pada keberhasilan ruang dalam membentuk suasana yang mendukung stabilitas psikologis dan memperkuat keterikatan emosional dengan lingkungan tempat tinggal atau bekerja (Ummah, 2019).

Implikasi Desain Interior

Estetika visual dalam desain interior memiliki dampak langsung terhadap kenyamanan psikologis pengguna ruang. Implikasi ini tidak hanya penting dalam ranah desain arsitektural, tetapi juga dalam bidang kesehatan mental, produktivitas kerja, dan kualitas hidup secara umum. Desain interior juga harus memberikan fleksibilitas bagi penghuni untuk menyesuaikan ruang sesuai kebutuhan dan preferensi pribadi. Kemampuan untuk mengatur pencahayaan, atau menambahkan elemen personal seperti karya seni dan tanaman indoor terbukti meningkatkan rasa kontrol, yang berkontribusi positif terhadap kenyamanan psikologis. Oleh karena itu, desainer perlu merancang ruang yang adaptif, modular, dan mudah diubah, terutama untuk ruang hunian dan tempat kerja (Nadaa, 2017).

Gambar 4. Tanaman Indoor

Sumber: serpongnaturacity.co.id, 2023

Implikasi lain yang penting adalah penggunaan pendekatan biophilic design, yaitu memasukkan elemen alami ke dalam interior seperti tanaman hidup, pencahayaan alami, ventilasi silang, dan material berbasis alam (kayu, batu, bambu). Penelitian menunjukkan bahwa ruang yang mengandung unsur alam cenderung menurunkan tingkat stres, meningkatkan konsentrasi, dan memberikan rasa seimbang secara emosional. Desain yang memprioritaskan hubungan antara manusia dan alam terbukti secara konsisten meningkatkan kesejahteraan pengguna (Ulyana et al., 2025)

Gambar 5. Interior biophilic design

Sumber: gensler.com, 2024

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Estetika visual dalam desain interior memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kenyamanan psikologis penghuni ruang. Elemen-elemen visual seperti warna, pencahayaan, tata letak, dan integrasi unsur alami terbukti mampu membentuk suasana ruang yang mendukung kestabilan emosional, meningkatkan suasana hati, serta memperkuat keterikatan emosional pengguna terhadap ruang tersebut.Warna-warna tertentu dapat menstimulus emosi berbeda, sementara pencahayaan, terutama yang bersumber dari cahaya alami, terbukti lebih efektif dalam menciptakan kenyamanan mental.

Tata letak yang fungsional, seimbang, dan fleksibel memberikan rasa aman, bebas, serta meningkatkan kepuasan pengguna terhadap ruang. Pendekatan desain yang melibatkan elemen alam (biophilic design) juga terbukti menurunkan stres dan meningkatkan konsentrasi. Secara keseluruhan, estetika visual bukan hanya aspek dekoratif, tetapi juga berfungsi sebagai komponen psikologis penting dalam meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, desain interior yang dirancang dengan mempertimbangkan kenyamanan psikologis dapat menjadi strategi efektif untuk menciptakan ruang yang sehat secara mental, emosional, dan sosial.

DAFTAR REFERENSI

Darmawan, A. L., & Avenzoar, A. (2023). *Pengaruh Penggunaan Warna Ruang Terhadap*. 20(1), 15–21.

Kanaya, A. (2024). Perancangan Wellness Center Di Kota Yogyakarta Dengan Pendekatan Psikologi Lingkungan (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA).

Kumala, K. I., & Arsandrie, Y. (2021). *Kenyamanan Psikologis Pada Desain Interior Fasilitas Kebidanan.* Siar Ii 2021: Seminar Ilmiah Arsitektur, 8686, 591–598.

Made, N., Indrayati, S., & Darmayanti, T. E. (2024). *Pengaruh Tata Ruang Terhadap Kenyamanan Penghuni : Daerah Babakan Jeruk dan Sukakarya Bandung*. 12(2), 67–78.

Nadaa, Z. (2017). *Pengaruh Desain Interior Pada Faktor Kenyamanan Pasien Diruang Tunggu Unit Rawat Jalan Rumah Sakit.* Jurnal Desain & Seni, FDSK - UMB |, 4(3), 239–257. http://publikasi.mercubuana.ac.id/index.php/narada/article/view/3223/1776

Nugroho, A. M., & Iyati, W. (2021). *Arsitektur Bioklimatik: Inovasi Sains Arsitektur Negeri untuk Kenyamanan Termal Alami Bangunan*. Universitas Brawijaya Press.

Pokhrel, S. (2024). No TitleΕΛΕΝΗ. Αγαη, 15(1), 37–48.

Ramadhani, I. (2016). Keterkaitan Elemen Interior Tempat Makan Terhadap Sosial Masyarakat. *Jurnal Proporsi*, 1(2).

Redjeki, S. (2022). Konsep Estetika Tauhid Pada Arsitektur Islam (Studi Pemikiran Seyyed Hossein Nasr Dalam Tafsir The Study Quran: A New Translation And Commentary) (Doctoral dissertation, Institut PTIQ Jakarta).

Revy, A., Gani, A. C., & Effendi, A. C. (2024). *Efek Warna terhadap Kenyamanan Visual pada Interior Perpustakaan dalam Meningkatkan Produktivitas Pengunjung*. 12(1), 1–7.

Rubiyanti, Y. (2023). *Tinjauan Sistematis Mengenai Pengaruh Desain Interior Pada Kesejahteraan Jiwa Pengguna Ruang*. Prosiding Seminar Nasional Manajemen, Desain & Aplikasi Bisnis Teknologi (SENADA), 6(1), 1–11. http://senada.idbbali.ac.id

Rusdy, M. K. (2021). Perancangan taman ekologi (Eco Park) di Waduk Telaga Bunder Gresik dengan pendekatan bioklimatik (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Sachari, A. (2007). *Budaya Visual Indonesia: membaca makna perkembangan gaya visual karya desain di Indonesia abad ke-20*. Erlangga.

Satwiko, P. (2024). Desain Ramah Otak. Salsabila, A. A. (2022). Perancangan Creative Hub dengan Pendekatan Kenyamanan dan Kesehatan Ruang di Kota Tasikmalaya (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia).

Sutanto, A. (2020). *Peta Metode Desain*. Jakarta: Universitas Tarumanagara, 227.

Ulyana, F., Levandani, A. A., Islam, U., Walisongo, N., Islam, U., & Walisongo, N. (2025).

Arsitektur Berbasis Kesehatan Mental : Menciptakan Ruang yang Mendukung Kesehatan Emosional Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang , Indonesia Alamat : Semarang , Indonesia diantaranya yaitu Kasus di Bekasi (2024) Seorang ibu berinisial SNF membunuh anaknya yang. 84–102.

Umaroh, N., Palwono, M. A., Al-farizi, M. H., & Mahardika, P. (2024). PENGARUH TATA RUANG TERHADAP PERSONAL SPACE DI. Ummah, M. S. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における　　健康関連指標に関する共分散構造分析 Title. Sustainability (Switzerland), 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Vedri Rahmadhana, & Heldi Heldi. (2023). Hubungan Desain Interior Terhadap Kenyamanan Pemustaka Di Dinas Kearsipan Dan Perpustakaan Provinsi Sumatera Barat. Atmosfer: *Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, 1(4), 206–215. https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i4.371

Wardani, V. A. K. (2022). *Perancangan Resort Dengan Pendekatan Arsitektur Biofi Lik Di Kulon Progo Yogyakarta*.

Wasista, P. U., Giri, K. R. P., Artadi, I. M. P., Kerdiati, N. L. K. R., Trisna, N. M. S. W., Darmastuti, P. A., ... & Putra, P. S. U. (2024). *Desain Interior: Teori dan Perkembangannya*. SIDYANUSA.