

DINAMIKA PERTEMANAN PADA MAHASISWA DENGAN *BORDERLINE PERSONALITY DISORDER*

Adinda Imala Zofka¹, Fika Nadia Tirta Maharani¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: imalazofka01@gmail.com

ABSTRAK

Pertemanan merupakan salah satu bentuk hubungan interpersonal yang memiliki peran penting dalam memberikan kedekatan emosional, penerimaan, rasa aman, dan dukungan. Pengalaman dalam menjalin hubungan pertemanan dapat menjadi kompleks bagi individu dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD), terutama dalam menghadapi dinamika kedekatan, konflik, dan terjadinya perubahan hubungan. BPD merupakan gangguan kepribadian serius yang dicirikan dengan adanya disregulasi afek, hubungan interpersonal yang tidak stabil, citra diri yang tidak stabil, serta perilaku menyakiti diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika pertemanan pada mahasiswa dengan BPD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Partisipan penelitian terdiri atas tiga mahasiswa dengan BPD yang diperoleh berdasarkan kriteria partisipan yang telah ditentukan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, sedangkan analisis data menggunakan Analisis Fenomenologi Deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan adanya enam sintesis tema yang menggambarkan dinamika kebutuhan akan rasa dicintai dan memiliki, keterbukaan diri untuk membangun kedekatan, pencarian kepastian dalam hubungan, kerentanan terhadap penolakan dan konflik, perubahan pola keterikatan setelah pengalaman menyakitkan, serta pergeseran kedekatan antara teman dan pasangan. Secara keseluruhan, dinamika pertemanan pada mahasiswa dengan BPD bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh kebutuhan emosional serta dinamika interpersonal masing-masing partisipan.

Kata kunci: *borderline personality disorder*; pertemanan; mahasiswa; dinamika interpersonal; fenomenologi deskriptif

FRIENDSHIP DYNAMICS AMONG COLLEGE STUDENTS WITH BORDERLINE PERSONALITY DISORDER

Adinda Imala Zofka¹, Fika Nadia Tirta Maharani¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: imalazofka01@gmail.com

ABSTRACT

Friendship is a form of interpersonal relationship that plays an important role in providing emotional closeness, acceptance, safety, and support. However, experiences of friendship can be complex for individuals with *Borderline Personality Disorder* (BPD), particularly in navigating closeness, conflict, and changes within relationships. BPD is a serious personality disorder characterized by affective dysregulation, unstable interpersonal relationships, unstable self-image, and self-harming behaviors. This study aimed to understand the experiences of friendship among college students with BPD. This study employed a qualitative approach using descriptive phenomenology. The participants consisted of three college students with BPD who were selected based on predetermined participant criteria. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using *Descriptive Phenomenology Analysis* (DPA). The findings identified six synthesized themes describing the dynamics of the need to feel loved and a sense of belonging, self-disclosure to build closeness, the search for certainty within relationships, interpersonal vulnerability to rejection and conflict, changes in attachment patterns following painful experiences, and shifts in closeness between friends and romantic partners. Overall, friendships experiences among college students with BPD are dynamic and influenced by their emotional needs and interpersonal dynamics of each participant.

Keywords: borderline personality disorder; friendship; college students; interpersonal dynamics; descriptive phenomenology

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sejak lahir, manusia akan terus berkembang dan berinteraksi dengan lingkungannya. Proses inilah yang akan membentuk keadaan di dalam diri seseorang yang nantinya berpengaruh pula pada perkembangan kepribadian yang mencakup tugas-tugas perkembangan dan moralitas dalam berperilaku (Fathoni, 2021). Gangguan kepribadian termasuk ke dalam kategori psikopatologi yang muncul karena gangguan dalam fungsi diri dan relasional. Ciri utama yang membedakan gangguan kepribadian dari gangguan lainnya (seperti gangguan kecemasan, suasana hati, dan lain-lain) adalah identitas inti dan perilaku sosial maladaptif. Gejala pada gangguan kepribadian juga terlibat pada keluhan-keluhan sekunder yang turut membersamai, seperti kecemasan, depresi, gangguan makan, atau penyalahgunaan zat (Fathoni, 2021). Menurut Gunawan (2025), gangguan kepribadian merupakan salah satu kelompok gangguan psikologis yang seringkali ditemukan dalam praktik klinis, namun sukar untuk didiagnosis dengan tepat karena pola perilakunya telah menyatu dengan kepribadian individu. Gangguan ini meliputi berbagai jenis kelainan yang mempengaruhi cara seorang individu berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan orang lain yang berasal dari pola perilaku yang tidak stabil, cenderung menyimpang dari norma sosial yang ada di masyarakat, dan dapat terlihat dari ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri pada tuntutan sosial, emosional, dan profesional. Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-V), gangguan kepribadian bisa

dikategorikan ke dalam tiga kelompok besar, yaitu kelompok A (termasuk paranoid, skizoid, dan skizotipal), kelompok B (termasuk antisosial, borderline, narsistik, dan histrionik), serta kelompok C (termasuk gangguan kepribadian menghindar, bergantung, dan obsesif-kompulsif). Gangguan-gangguan ini umumnya memberikan dampak signifikan pada kualitas hidup penderitanya, mengganggu hubungan interpersonal, serta menghambat fungsi sosial dan pekerjaan.

Salah satu gangguan kepribadian kelompok B yang dianggap menantang karena gejalanya yang kompleks serta memberi dampak signifikan pada individu adalah *Borderline Personality Disorder* atau bisa disingkat menjadi BPD. Menurut *American Psychological Association* atau APA (2022), BPD merupakan kondisi yang kerap ditemui dan paling berpengaruh pada populasi psikiatris. BPD ditemukan pada sekitar 10% pasien rawat jalan psikiatri dan 20% pasien rawat inap psikiatri (APA, 2022). Hingga saat ini, diketahui melalui data KEMENKES 2023 bahwa penderita BPD di seluruh dunia terdiri dari 1-4% atau kurang lebih 300 juta jiwa dengan rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal (Qomah *et al.*, 2025). Menurut data yang diperoleh dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (Rifqoh & Ambraini, 2022) individu dengan BPD mencapai 2% dari total populasi umum, dimana 70% diantaranya menunjukkan perilaku merusak diri, dan 810% diantaranya telah meninggal akibat bunuh diri. Melihat angka prevalensi dan dampak yang cukup signifikan tersebut membuat BPD semakin penting untuk dipahami lebih lanjut.

BPD adalah gangguan kepribadian yang berpengaruh pada ranah emosional, fungsi kognitif, perilaku, dan hubungan interpersonal (Cruz-Ausejo *et al.*, 2025). BPD umumnya muncul pada masa remaja akhir yang ditandai oleh perubahan neurobiologis, psikologis,

dan sosial yang berpengaruh pada kepribadian mereka yang selalu berkembang. BPD akan mencapai puncaknya pada masa dewasa awal, namun seringkali menunjukkan penurunan bertahap setelahnya (Winsper, 2021). Salah satu perspektif utama yang menjelaskan penyebab dari BPD adalah model perkembangan berbasis mentalisasi (Fonagy & Bateman, 2008). Model ini menjelaskan bahwa kemampuan untuk mentalisasi, yaitu memahami pikiran, perasaan, serta niat diri sendiri maupun orang lain berkembang secara bertahap sepanjang masa kecil. Kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk melakukan mentalisasi dapat mempengaruhi individu dalam menafsirkan niat dan perilaku, baik milik dirinya sendiri maupun orang lain sebagai cerminan dari kondisi mental yang mendasarinya (Fonagy *et al.*, 2018). Konsep ini menjelaskan bahwa seseorang belajar untuk menyadari suatu niat atau perilaku didorong oleh pikiran dan emosi tertentu. Perkembangan kemampuan mentalisasi yang terganggu, misalnya akibat pengalaman hubungan pada masa kecil yang tidak konsisten, penuh tekanan, atau tidak aman secara emosional, dapat membuat seorang individu mengalami kesulitan dalam memahami dan mengelola niat dan perilakunya sendiri, serta dalam menafsirkan niat dan perilaku orang lain. Kondisi ini kemudian dapat berkontribusi pada munculnya kriteria gejala utama BPD, seperti rasa takut untuk ditinggalkan, ketidakstabilan dalam hubungan interpersonal, serta perilaku impulsif.

Kompleksitas tersebut tidak hanya menimbulkan penderitaan internal bagi individu dengan BPD, tetapi juga berdampak besar pada tantangan dalam memenuhi tuntutan perkembangan sosialnya. Kondisi ini menjadi semakin penting untuk diperhatikan pada masa dewasa awal, sebagaimana telah dijelaskan oleh Erikson, individu memiliki tugas perkembangan untuk membangun relasi-relasi interpersonal baru yang sehat untuk jangka panjang. Tugas perkembangan pada tahap ini tidak dibatasi hanya pada hubungan antar

anggota keluarga atau pasangan saja, melainkan dapat dalam bentuk hubungan pertemanan juga. Kerangka teori perkembangan psikososial Erikson dapat membantu menjelaskan mengapa tahap dewasa awal sangat rentan dan penting untuk pembentukan relasi interpersonal. Menurut teori psikososial Erikson (dalam Santrock, 2003) mahasiswa umumnya sedang berada di usia dewasa awal. Dewasa awal merupakan tahapan yang memungkinkan kondisi mental dan suasana hati cenderung tidak stabil, ditambah dengan banyaknya konflik dan tuntutan dari lingkungan sosial.

Perkembangan sosial yang terjadi pada tahap dewasa awal merupakan puncak dari perkembangan sosial dalam diri seorang individu. Masa dewasa awal merupakan periode awal dari beralihnya cara pandang yang hanya berpusat pada diri sendiri menuju kemampuan untuk memahami dan peduli terhadap kebutuhan orang lain. Perubahan ini dapat terjadi karena pengalaman sosial yang seiring berjalannya waktu menjadi semakin luas, seperti dinamika hubungan pertemanan yang lebih mendalam, hubungan romantis, maupun tanggung jawab baru di dunia perkuliahan. Pada masa ini, penentuan relasi memegang peranan yang sangat penting bagi individu, tidak terkecuali hubungan pertemanan (Jannah *et al.*, 2021). Menurut Maradoni dan Rozali (2022), intimasi pada usia dewasa awal akan menjadi berbeda daripada saat usia remaja. Umumnya terjadi karena pada masa dewasa awal, konteks intimasi akan mengarah lebih serius pada berkomitmen menuju pernikahan. Antonucci (dalam Ghina, 2019) menjelaskan bahwa meskipun individu dewasa awal akan menentukan sendiri hubungan interpersonalnya dengan orang lain (seperti menikah), hubungan pertemanan tetap menjadi salah satu hal yang penting dalam membangun intimasi antar individu. Individu dewasa awal yang tidak mampu mengoptimalkan intimasinya dengan baik akan beresiko terisolasi. Isolasi merupakan saat

dimana seseorang merasa kesulitan untuk menjalin hubungan interpersonal yang intim dengan orang lain. Individu yang gagal dalam menjalankan tugas perkembangan ini akan merasa terasingkan dari orang lain, merasa kesepian, serta cenderung menyalahkan diri sendiri karena dipandang berbeda dari orang lain (Jannah., 2021). Individu yang terisolasi akan merasa sulit untuk membentuk relasi, baik dalam konteks hubungan romantis maupun hubungan pertemanan. Dewi dan Minza (2018) mengatakan bahwa individu dewasa awal merupakan makhluk sosial yang secara alami akan berinteraksi dengan orang lain demi memenuhi kebutuhan akan kebersamaan. Kebutuhan ini akan mendorong seseorang untuk memiliki kehadiran orang lain secara berkelanjutan, yang nantinya akan terbentuk menjadi suatu hubungan interpersonal, salah satunya adalah hubungan pertemanan.

Intimasi yang sehat dengan teman maupun pasangan tentunya membutuhkan beberapa hal tertentu yang menunjang kualitas hubungan. Menurut Erikson (dalam Desviana, 2016) terdapat sikap-sikap ideal dalam hubungan intim yang dapat menunjukkan rasa percaya, keterbukaan pada satu sama lain, serta berkomitmen untuk menjaga hubungan agar tetap baik. Individu dengan tingkat keintiman yang positif adalah mereka yang mampu membangun suatu ikatan kelekatan dan memiliki kemampuan untuk berkomitmen dalam menjalin hubungan tersebut. Keintiman memang memiliki peran penting dalam suatu hubungan, namun pada kenyataannya, individu dengan BPD seringkali menemui kesulitan dalam mengembangkan intimasinya sehingga muncul berbagai permasalahan dalam hubungan interpersonal mereka (Agusdwitanti *et al.*, 2015). Perhatian yang serius terhadap permasalahan intimasi pada individu dengan BPD menjadi penting untuk diberikan karena jika kondisi psikologisnya terganggu, maka individu pun perlu menghadapi konsekuensi yang serius pula.

Pertemanan merupakan pusat dari dunia sosial kita, hal ini disebabkan karena pertemanan mampu menjadi suatu ‘perekat’ yang menyatukan individu-individu pada jaringan sosial. Jejaring sosial relatif luas dan terdiri atas berbagai bentuk hubungan, baik hubungan keluarga maupun pertemanan, bagian yang penting adalah inti terdalam yang meliputi kelompok teman dekat untuk menjadi tempat bersandar. (Dunbar, 2018; Roberts *et al.*, 2009; Sutcliffe *et al.*, 2012). Intimasi merupakan kedekatan dengan orang lain yang ditandai dengan rasa terbuka dalam membagikan pikiran dan perasaan (Bauminger *et al.*, 2008). Grime (2005) mengemukakan bahwa terdapat 5 dimensi pada intimasi pertemanan, yakni eksklusifitas, kejujuran dan spontanitas, kepekaan dan pengertian, kelekatan, serta kepercayaan dan kesetiaan. Individu dapat menilai teman yang dikenal atau disukai dengan cara mengidentifikasi karakteristik yang ada di dalam diri temannya. Penelitian yang dilakukan oleh Berndt dan Perry (Santrock, 2011) menyatakan bahwa hadirnya intimasi dalam pertemanan merupakan hal yang paling konsisten terjadi selama dua dekade terakhir. Perkembangan intimasi dikaitkan dengan hubungan yang lebih dalam antar teman, di mana individu umumnya akan mencari kedekatan secara psikologis dan ingin untuk saling dimengerti (Kartika, 2014).

Intimasi merupakan kedekatan dengan orang lain yang ditandai dengan rasa terbuka dalam membagikan pikiran dan perasaan (Bauminger *et al.*, 2008). Grime (2005) mengemukakan bahwa terdapat 5 dimensi pada intimasi pertemanan, yakni eksklusifitas, kejujuran dan spontanitas, kepekaan dan pengertian, kelekatan, serta kepercayaan dan kesetiaan. Individu dapat menilai teman yang dikenal atau disukai dengan cara mengidentifikasi karakteristik yang ada di dalam diri temannya. Menariknya, intensitas intimasi juga berbeda jika ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian yang dilakukan oleh Riska

& Harmaini (2019) menunjukkan bahwa perbedaan intensitas intimasi pertemanan dapat ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Perempuan cenderung lebih intim dibanding laki-laki, hal ini disebabkan karena perempuan telah terbiasa mengembangkan intimasi dalam pertemanan sejak usia dini dibanding laki-laki. Pertemanan pada perempuan cenderung untuk terbuka mengenai diri sendiri, saling mengungkapkan rahasia, dan memiliki pertemanan yang jauh lebih dalam.

Topik mengenai pertemanan memang sudah cukup banyak diteliti, namun penelitian tentang pertemanan pada individu dengan BPD masih relatif terbatas, terlebih jika dibandingkan dengan konteks hubungan romantis. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh adanya dampak signifikan dari ketidakstabilan hubungan romantis pada individu dengan BPD. Beberapa penelitian yang mengeksplorasi hubungan non-romantis pada individu dengan BPD menunjukkan adanya tingkat isolasi sosial yang lebih serius, ketidakstabilan dalam hubungan interpersonal, serta munculnya disfungsi sosial (Hill *et al.*, 2008; Lazarus *et al.*, 2014). (Hill *et al.*, 2008; Lazarus *et al.*, 2014; Pucker *et al.*, 2019). Temuan dari penelitian lain menegaskan bahwa kendala dalam fungsi interpersonal individu dengan BPD, termasuk dalam konteks pertemanan. Sebuah penelitian longitudinal menemukan bahwa adanya tingkat isolasi sosial yang jauh lebih tinggi pada individu dengan BPD dibandingkan gangguan kepribadian lainnya selama periode dua dekade (Pucker *et al.*, 2019). Isolasi ini pun cenderung bersifat stabil, yang membuktikan bahwa individu dengan BPD tidak mengembangkan keterampilan interpersonal yang diperlukan dalam hidup seiring berjalannya waktu (Pucker *et al.*, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh (Lazarus *et al.*, 2014) menyoroti bahwa individu dengan BPD memiliki gangguan secara menyeluruh dalam fungsi interpersonal. Terdapat bias negatif dalam hubungan

interpersonal individu dengan BPD yang akan mempengaruhi kemampuan mereka dalam menciptakan dan mempertahankan hubungan yang akan berpengaruh pula pada persepsi mereka terhadap pertemanan. Ditemukan juga bahwa terdapat gangguan pada kognisi sosial pada individu dengan BPD. Individu dengan BPD cenderung memiliki kekurangan dalam keterampilan sosial, seperti pemecahan masalah dan memahami niat orang lain. Kurangnya kepekaan secara emosional memiliki peran signifikan dalam bagaimana individu menafsirkan kualitas pertemanan. (Lazarus *et al.*, 2014) juga menemukan bahwa rendahnya rasa percaya pada individu dengan BPD mampu menyebabkan rendahnya intimasi dan bantuan yang diberikan oleh teman. Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Lazarus *et al.*, (2018) mendapati bahwa ada kemungkinan individu dengan BPD memberikan lebih banyak perhatian dan energi untuk pasangan romantis dibandingkan kepada temannya. Kurangnya upaya untuk mempertahankan hubungan non-romantis atau pertemanan ini dapat menyebabkan minimnya hubungan pertemanan yang dimiliki maupun dukungan sosial (Perlman *et al.*, 2015).

Kondisi ini membuktikan bahwa individu dengan BPD rentan dalam menemui hambatan serius saat menjalin hubungan pertemanan. Penelitian yang dilakukan oleh (Hill *et al.*, 2008) menemukan adanya disfungsi domain sosial secara menyeluruh pada individu dengan BPD, yang termasuk juga dalam fungsi pertemanan. Penelitian ini tidak menyebutkan alasan mengapa individu dengan BPD mengalami disfungsi dalam hubungan pertemanan, melainkan hanya menegaskan bahwa disfungsi tersebut memang benar adanya. Hubungan interpersonal, termasuk dalam konteks pertemanan sangatlah penting bagi kesehatan individu secara menyeluruh (Pucker *et al.*, 2019). Sayangnya, penelitian yang membahas tentang dinamika hubungan pertemanan pada individu dengan BPD masih

sangat terbatas khususnya di Indonesia, walaupun penelitian pun sudah menunjukkan bahwa pertemanan dapat memberikan manfaat istimewa dan penting bagi kesehatan individu secara menyeluruh (Perlman *et al.*, 2015).

Penelitian lebih lanjut mengenai dinamika hubungan interpersonal yang khususnya berfokus pada hubungan pertemanan semakin penting untuk dilakukan, karena pertemanan sendiri memegang peranan penting dalam kesejahteraan individu dan hingga sekarang masih menjadi area yang kurang diteliti dalam konteks BPD (Perlman *et al.*, 2015). Keterbatasan tersebut menunjukkan bahwa masih diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana individu dengan BPD menjalani hubungan pertemanan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagaimana mereka membangun kedekatan, menghadapi konflik, merespon perubahan dalam hubungan, serta mempertahankan atau mengakhiri suatu hubungan pertemanan. Pemahaman ini tidak hanya berkaitan dengan ada atau tidaknya disfungsi dalam hubungan, tetapi juga untuk memahami bagaimana individu dengan BPD mengalami, merasakan, dan memberikan makna terhadap pengalaman tersebut. Pendekatan fenomenologis diperlukan untuk mengeksplorasi pengalaman hidup individu dengan BPD dalam menjalani hubungan pertemanan secara lebih mendalam berdasarkan perspektif individu yang mengalaminya secara langsung. Pendekatan ini akan memungkinkan peneliti untuk memahami pengalaman subjektif partisipan, termasuk pengalaman emosional, bagaimana cara individu memaknai kedekatan dan perubahan dalam hubungan, serta pengalaman menghadapi berbagai situasi dalam pertemanan. Penelitian fenomenologis juga dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai dinamika pertemanan pada individu dengan BPD yang belum dapat

tergambarkan secara utuh melalui penelitian sebelumnya yang hanya mengidentifikasi keberadaan disfungsi atau mengukur aspek tertentu dalam hubungan pertemanan saja.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana mahasiswa dengan BPD mengalami dan memaknai dinamika hubungan pertemanan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk proses membangun kedekatan, menghadapi konflik dan perubahan, serta mempertahankan maupun melepaskan hubungan pertemanan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana dinamika pertemanan pada mahasiswa dengan *Borderline Personality Disorder*.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dinamika pertemanan pada mahasiswa dengan *Borderline Personality Disorder*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi klinis, khususnya mengenai dinamika hubungan pertemanan pada individu dengan *Borderline Personality Disorder*.

2. Manfaat Praktis

- a. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran yang lebih mendalam mengenai dinamika pertemanan pada individu dengan BPD, sehingga dapat dijadikan bahan refleksi dan sumber informasi bagi individu yang sekiranya memiliki pengalaman serupa.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi tenaga profesional seperti psikolog, konselor, maupun psikiater dalam menjadikan penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun intervensi yang lebih tepat sasaran.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi lingkungan sosial terdekat seperti teman sebaya, keluarga, dan masyarakat dalam memperkaya wawasan tentang pentingnya dukungan sosial melalui pertemanan bagi individu dengan BPD, sehingga mereka mampu memberikan responss yang lebih empatik, adaptif, dan suportif.