Jurnal Psikologi Udayana
2026, Vol.13, No.2, 691-698

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
e-ISSN: 2654 4024; p-ISSN: 2354 5607
DOI: 10.24843/JPU/2026.v13.i02.p03

# *Favorite Person* pada Individu dengan *Borderline Personality Disorder*: Studi Fenomenologis tentang Ketergantungan Emosional

**Putu Divariani**
*Universitas Gadjah Mada*
*putudivariani@mail.ugm.ac.id*

## Abstrak

*Borderline Personality Disorder* (BPD) adalah gangguan psikologis yang ditandai dengan disregulasi emosional, hubungan interpersonal yang tidak stabil, dan perilaku impulsif. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran "*Favorite Person*" (FP) dalam hubungan interpersonal individu dengan BPD. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi, studi ini melibatkan dua partisipan yang didiagnosis BPD dan memiliki hubungan dengan FP. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan dianalisis dengan pendekatan fenomenologi deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan tiga tema utama: konsep FP, ketidakstabilan hubungan interpersonal, dan ketergantungan emosional. FP memainkan peran signifikan dalam memberikan stabilitas emosional dan dukungan, tetapi juga memperburuk ketergantungan emosional yang tidak sehat. Penelitian ini memberikan kontribusi baru terhadap pemahaman dinamika hubungan interpersonal pada individu dengan BPD, terutama dalam konteks FP.

*Kata kunci: Borderline Personality Disorder; favorite person; ketergantungan emosional; hubungan interpersonal; fenomenologi.*

## Abstract

*Borderline Personality Disorder (BPD) is a psychological disorder characterized by emotional dysregulation, unstable interpersonal relationships, and impulsive behaviors. This study aims to explore the role of the "Favorite Person" (FP) in the interpersonal relationships of individuals with BPD. Using a qualitative approach with a phenomenological design, the study involved two participants diagnosed with BPD who had a relationship with an FP. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using a descriptive phenomenological approach. Findings reveal three main themes: the concept of FP, instability in interpersonal relationships, and emotional dependence. FP plays a significant role in providing emotional stability and support but also exacerbates unhealthy emotional dependence. These results contribute new insights into the dynamics of interpersonal relationships in individuals with BPD, particularly in the context of FP.*

*Keywords: Borderline Personality Disorder; favorite person, emotional dependence; interpersonal relationships; phenomenology.*

## LATAR BELAKANG

*Borderline Personality Disorder* (BPD) merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan disregulasi emosional, perilaku impulsif, gangguan identitas diri, dan hubungan interpersonal yang tidak stabil. Gangguan ini sering kali disertai dengan upaya keras untuk menghindari penolakan (Jeong *et al*., 2022). Prevalensi BPD diperkirakan mencapai sekitar 1% pada populasi umum, namun angka ini meningkat menjadi 12% hingga 22% di kalangan individu yang menjalani perawatan psikologis atau psikiatris (Ellison *et al*., 2018). Dampak BPD tidak hanya dirasakan oleh individu itu sendiri tetapi juga oleh keluarga dan teman-temannya, mengingat gangguan ini dapat memengaruhi hubungan interpersonal, stabilitas pekerjaan, serta meningkatkan risiko perilaku merusak diri (Zhong, 2024). Selain itu, individu dengan BPD sering mengalami kesulitan dalam penilaian, hubungan, pekerjaan, bahkan dalam situasi yang melibatkan hukum (Dibenedetti *et al.,* 2023).

Kesulitan dalam hubungan interpersonal merupakan salah satu aspek penting dalam memahami pengalaman individu dengan BPD (Zabihzadeh *et al*., 2017). Gejala seperti ketidakstabilan emosional, kemarahan, dan impulsivitas cenderung muncul dalam konteks hubungan interpersonal (Sharp *et al*., 2016). Salah satu ciri utama BPD adalah hipersensitivitas terhadap dinamika hubungan, yang sering kali membuat hubungan menjadi sangat intens tetapi tidak stabil. Individu dengan BPD kerap beralih antara mengidealkan dan merendahkan orang lain, serta terperangkap dalam kebutuhan mendalam akan kedekatan yang disertai dengan ketakutan akan penolakan (Jeong *et al*., 2022). Pandangan mereka terhadap orang lain sering kali berubah drastis, seseorang dapat dilihat sebagai pendukung yang baik hati di satu waktu, namun dianggap sebagai penghukum yang kejam di waktu lain (*American Psychiatric Association*, 2013).

Hipersensitivitas terhadap dinamika hubungan pada individu dengan BPD sering memicu perilaku berisiko tinggi, seperti upaya bunuh diri atau melukai diri sendiri (Fertuck & Preti, 2023). Individu dengan BPD dapat bereaksi secara berlebihan terhadap perubahan kecil dalam hubungan, seperti keterlambatan balasan pesan atau perubahan nada suara orang lain. Reaksi ini sering kali mengarah pada ketergantungan emosional pada seseorang yang disebut "*favorite person*" (FP), yaitu figur yang mereka anggap sebagai sumber stabilitas emosional (Chapman, 2019). Namun, ketergantungan ini sering kali menciptakan pola hubungan yang tidak sehat, yang mana individu dengan BPD dapat merasakan kecemasan atau kehilangan yang mendalam ketika FP tidak tersedia. Konsep FP banyak dibahas di media sosial, dengan laporan yang menunjukkan bahwa keberadaan FP dapat memperburuk gejala dan menciptakan siklus emosional yang sulit dihentikan (Jeong *et al.*, 2022).

Individu dengan BPD sering kali tanpa sadar menggantungkan harga diri mereka pada hubungan dengan FP, berusaha keras agar FP tidak meninggalkan mereka. Dinamika ini menghasilkan hubungan yang tidak stabil dan emosional yang intens, baik individu dengan BPD maupun FP dapat merasakan dampak dari ketergantungan emosional tersebut (Selby *et al.*, 2008). Pola hubungan ini berkontribusi pada kesulitan interpersonal, yang meliputi idealisasi, devaluasi, respons emosional yang berlebihan, serta konflik yang signifikan dalam hubungan (Dhingra, 2024; McEvoy, 2023).

Meskipun penelitian sebelumnya telah banyak membahas dinamika hubungan interpersonal pada individu dengan BPD, pemahaman mengenai bagaimana ketergantungan pada FP memengaruhi pengalaman emosional dan perilaku mereka masih terbatas (Dibenedetti *et al*., 2023; Fertuck & Preti, 2023; Jeong *et al.*, 2022; Kaurin *et al.*, 2020; Moltu *et al*., 2023). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan meneliti peran *favorite person* dalam hubungan interpersonal individu dengan BPD. Berdasarkan latar belakang tersebut, pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah: bagaimana individu dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD) memaknai hubungan dengan *favorite person* dalam kehidupan interpersonal mereka?

## METODE PENELITIAN

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif individu dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD) terkait konsep *favorite person*. Pendekatan fenomenologi dipilih karena memungkinkan peneliti memahami bagaimana individu memaknai pengalaman relasional mereka dengan figur yang dianggap sebagai *favorite person* (Creswell, 2014; Kahija, 2017).

### *Partisipan*

Partisipan penelitian berjumlah dua individu yang telah didiagnosis dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD), berusia di atas 18 tahun, dan memiliki atau pernah memiliki hubungan dengan *favorite person*. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih individu yang memiliki pengalaman relevan dengan fenomena yang diteliti (Ahmad & Wilkins, 2024).

### *Etika Penelitian*

Penelitian ini dilakukan berdasarkan surat izin observasi dan wawancara dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada dengan Nomor 9998/UN1/FPSi.1.1/PSS2/PK.01.04/2024 dan melibatkan partisipan secara sukarela melalui *informed consent* sebelum

pengambilan data. Partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, hak untuk mengundurkan diri, penggunaan perekam suara, serta kerahasiaan dan anonimitas data.

***Prosedur Pengambilan Data***

Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang dilakukan secara semi-terstruktur (Kahija, 2017). Wawancara bertujuan untuk menggali pengalaman partisipan mengenai dinamika hubungan dengan *favorite person*, termasuk peran emosional dan dampaknya terhadap kehidupan sehari-hari. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi terhadap respons dan ekspresi partisipan selama proses wawancara untuk memperkaya pemahaman terhadap data yang diperoleh.

***Teknik Analisis Data***

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan fenomenologi deskriptif (Giorgi, 2009). Dalam proses penelitian, peneliti menerapkan *epoche* dengan menangguhkan asumsi dan pengetahuan awal mengenai fenomena yang diteliti agar deskripsi pengalaman partisipan dapat dipahami sebagaimana dimaknai oleh partisipan. Proses analisis dimulai dengan membaca secara menyeluruh transkrip wawancara untuk memahami pengalaman partisipan secara holistik. Selanjutnya, peneliti mengidentifikasi unit-unit makna yang relevan dengan fenomena yang diteliti. Unit makna tersebut kemudian ditransformasikan ke dalam bahasa psikologis untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam. Pada tahap akhir, unit-unit makna disintesis menjadi tema-tema utama yang merepresentasikan esensi pengalaman partisipan terkait hubungan dengan *favorite person*. Untuk menjaga kredibilitas, peneliti menerapkan proses *member checking* yang dilakukan dengan meminta partisipan untuk memverifikasi ringkasan hasil wawancara dan kesesuaian interpretasi peneliti dengan pengalaman asli partisipan (Candela, 2019).

## HASIL PENELITIAN

Hasil analisis menunjukkan FP (*favorite person*) dipersepsikan sebagai figur yang memberikan pengaruh besar terhadap stabilitas emosi dan kesejahteraan psikologis partisipan, baik dalam hal positif maupun negatif. Hubungan ini ditandai oleh intensitas emosi yang tinggi dan pola interaksi yang dinamis. Hasil penelitian ini dikemas dalam tiga tema utama, yang dijabarkan sebagai berikut:

**Konsep *Favorite Person***

Partisipan mengetahui konsep *favorite person* setelah mereka terdiagnosis BPD. Partisipan A mengetahui terkait istilah *favorite person* (FP) setelah mencari tahu di media sosial dan internet terkait BPD serta partisipan C mengetahui konsep FP melalui komunitas BPD. Informasi yang partisipan dapatkan terkait *favorite person* mendorong partisipan sadar terkait hadirnya sosok FP dalam hidupnya dan mengidentifikasi siapa dan apa peran FP. Partisipan A mengidentifikasi FP adalah kekasihnya dan pada partisipan C mengidentifikasi FP pada hubungannya dengan kekasih dan Ibu kandungnya.

> *"Oh pasti ada sih, pacar ada, dari pasangan iya, favorite person. Kalau dari keluarga juga sebenarnya lebih ke mana ya, ya ibu ya…" (C.1_241-242)*

Partisipan menggambarkan *favorite person* sebagai sosok yang spesial, berpengaruh terhadap partisipan, dan seringkali membuat partisipan menjadi ketergantungan pada FP. Partisipan A menggambarkan FP sebagai seseorang yang memiliki kelekatan, ketergantungan emosional dengan memberikan rasa nyaman karena FP digambarkan sebagai sosok yang mengetahui semua hal tentang dirinya. Partisipan A juga menjelaskan bahwa FP adalah sosok orang yang dapat menjadi tempat keluh kesah dan tempat bercerita terkait banyak hal.

> *"Misalnya lagi ngerasa nggak enak nih, kayak butuh tempat buat keluh kesah atau buat cerita apapun itu, lebih ke dia terus sih. Terus misalnya mau kemana-mana selalu kayak minta ditemeninnya sama dia doang gitu, kalau sama orang lain kayak kurang gitu kak" (A.1_34-38).*

> *".....kalau favorit person kan kayak udah tau semuanya tentang aku gitu kan. Kalau bukan favorite person tuh ya biasa aja rasanya nggak ada yang spesial spesial banget gitu kak." (A.1_178-181).*

Sejalan dengan itu, partisipan C menggambarkan FP sebagai sosok yang menjadi pusat emosionalnya. Suasana hati dan nilai diri partisipan sangat bergantung pada hubungannya dengan FP. Partisipan C menjelaskan bahwa ketika hubungannya dengan FP sedang baik-baik saja, maka C akan ikut bahagia. Tetapi ketika hubungannya dengan FP sedang tidak baik-baik saja, partisipan C dapat menganggap dirinya tidak berharga dan gagal.

> *"..bukan hanya mood, tapi kayak self worth gitu semuanya kayak depend- tergantung sama favorite person ini sih. Jadi kalau relationship lagi bagus lagi happy happy itu saya ikutan happy tapi kalau misalnya lagi sedih itu bisa secepat itu mengubah pola pikir saya terutama terhadap diri sendiri kayak, oh ya terjadi begini berarti ini gagal saya apa apa gitu terus, kemana mana lah pikirannya." (C.1_80-87).*

Kedua partisipan menggambarkan bahwa saling percaya merupakan fondasi hubungan yang baik dengan FP. Partisipan A menggambarkan hubungannya dengan FP yang saling menguatkan dengan membangun kepercayaan satu sama lain. Partisipan C

juga menggambarkan bahwa yang membuat hubungannya dengan FP terasa istimewa adalah adanya rasa percaya yang kuat. Hal ini menunjukkan adanya rasa dependensi yang kuat terhadap FP untuk menguatkan keadaan dan perasaan partisipan.

> *".....nguatin rasa percaya satu sama lain biar gak kita kepikiran terus buat takut ditinggalin gitu sih kak" (A.1_291-292).*

**Ketidakstabilan Hubungan Interpersonal**

Hubungan dengan FP digambarkan oleh partisipan sebagai hubungan yang penuh ketidakstabilan. Ketidakstabilan ini dipengaruhi oleh sensitivitas partisipan terhadap interaksi interpersonal, terutama terhadap kritik maupun perubahan perilaku dari FP. Kedua partisipan juga menunjukkan ketakutan yang kuat terhadap kemungkinan ditinggalkan oleh FP.

Komunikasi adalah hal yang penting dalam hubungan FP ini. Partisipan C menyatakan bahwa kecocokannya dengan FP dilihat dari komunikasinya. Sementara partisipan A lebih menekankan bahwa rasa ketakutan atas ditinggalkan yang dirasakan terjadi ketika komunikasi tidak berjalan dengan lancar. Ketika komunikasi tidak berjalan dengan lancar, partisipan cenderung mengalami kecemasan dan keraguan terhadap stabilitas hubungan.

> *"Jadi kadang aku mikir bisa percaya ga ya kalau dia ga ninggalin kayak gitu sih kak" (A_300-302).*

Dalam menjalani hubungan dengan FP, kedua partisipan melaporkan adanya ketegangan yang muncul, seperti kecenderungan membatasi interaksi atau munculnya persepsi bahwa hubungan menjadi "*toxic*", terutama ketika partisipan mengalami *relapse* emosional.

> *"kalau lagi relapse gitu- emosi itu jadi ngebawa hubungannya jadi lebih toxic lagi sih." (A_232-235)*

> *"lebih membatasi diri.. Dulu kan apa apa ngobrol selalu sama ibu gitu tapi akhir akhir ini jadinya kayak kadang aku sengaja bangun agak siang gitu biar biar nggak lama ngobrolnya." (C.1_295-296)*

Ketika konflik interpersonal terjadi, kedua partisipan menunjukkan berbagai respons, upaya yang mereka lakukan untuk meresolusi konfliknya adalah dengan memberikan perilaku diam *(silent treatment)* dan menghindar. Terlebih lagi, kedua partisipan melaporkan adanya perilaku destruktif seperti perilaku menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan emosi.

> *"Terus kadang suka tiba-tiba gini juga sih kalau misalnya udah silent treatment, suka self harm nih." (A_431-432)*

> *"Mungkin niatnya mau peluk diri sendiri, self soothing diri sendiri, tapi malah karena ada rasa emosi itu jadi nggak sadar malah kayak apa ya mencabik cabik sendiri gitulah." (C.1_185-188)*

Namun demikian, konflik tersebut umumnya bersifat sementara dan dapat diselesaikan dalam waktu relatif singkat.

> *"Jadi, ya udah jadi sama sama marah, di situ sama sama nangis tapi akhirnya bisa diselesaiin juga sih kak." (A_264-265)*

> *"Jadi mungkin cuma sehari habis itu sudah balik normal gitu." (C.1_285-286)*

Pada akhirnya, kedua partisipan menunjukkan dualitas dimana ada kenyamanan dan ketidaknyamanan yang mereka rasakan, serta adanya kebutuhan yang berubah-ubah tergantung perasaan hati mereka, hal ini dengan jelas diungkapkan oleh partisipan C.

> *"Habis datang bulan aku merasa lebih cantik lebih kayak lebih on the top of the world terus kayaknya dia nggak bales chat satu jam sampai besok juga nggak masalah gitu. Tapi kalau misalnya aku lagi down banget lagi lesu terus aku lagi butuh teman curhat ya langsung cepet-cepet berubah- mikirnya oh ini nih giliran lagi butuh malah nggak ada." (C.1_602-609)*

**Ketergantungan Emosional**

Tema ketiga yang diperoleh dalam penelitian ini adalah ketergantungan emosional. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari partisipan, dinamika hubungan antara partisipan dengan FP memunculkan ketergantungan secara emosional. Partisipan menggambarkan bahwa berbagai pendapat, emosi, dan perilaku FP akan berdampak terhadap kondisi emosionalnya. Ketergantungan ini juga terlihat dalam kebutuhan partisipan terhadap respons komunikasi dari FP. Keterlambatan atau ketiadaan respons dapat memicu kecemasan yang intens.

> *"opininya ibu itu bisa nyetir, bisa ngaruh ke mood gitu." (C.1_288-291)*

> *"...aku pernah sehari hari itu isolasi diri matiin HP karena takut kalau belum dibales WhatsAppnya, sebenarnya halnya kecil gitu ya tapi buat aku tuh besar banget. Kalau misalnya nggak dapet teks atau dapat kabar itu- wah emosinya ini banget sih kayak kembang api entah meletup letup gitu terus..." (C.1_156-161)*

Di sisi lain, kehadiran FP juga dipersepsikan sebagai sumber ketenangan ketika partisipan mengalami krisis emosional (ketika tidak mampu berpikir secara jernih atau ketika sedang *relapse*). FP berfungsi sebagai figur yang membantu menenangkan,

memberikan perspektif, dan membantu partisipan kembali berpikir secara lebih rasional. Partisipan juga menjelaskan bahwa FP berperan signifikan terhadap regulasi emosi partisipan.

> *"kalau udah diserang sama krisis, langsung gak mikir jernih, trus pingin dapet sensasi aja untuk nenangin diri. Dengan adanya FP itu langsung ada yang nge-grounding gitu loh, langsung ditenanging, diingetin gitu, jadi lama-lama kita mengasosiasikan FP ini sebagai sarana untuk menenangkan diri juga gitu sih." (C.2 _ 27-35)*

> *"Kayak misalnya lagi ngerasa nggak enak nih, kayak butuh tempat buat keluh kesah atau buat cerita apapun itu,kayak lebih ke dia terus sih..." (A.1_34-35)*

Kerentanan harga diri juga menjadi faktor yang memperkuat ketergantungan tersebut. Partisipan menggambarkan bahwa FP membantu mereka merasa lebih berharga dan diterima.

> *"Kira-kira gitu sih.. FP-ku memenuhi banget kebutuhan emosi dan sosial aku, karena aku aja belum bisa ngeliat diriku sendiri tuh berharga.. dan belum bisa kasi comfort ke diri sendiri kalau lagi ada krisis" (C.2_21-23*)

Partisipan juga memaparkan bahwa kehadiran FP berperan dalam dukungan dan kondisi emosional yang stabil pada partisipan. Kondisi tersebut juga mendorong partisipan memiliki kebutuhan yang kuat akan validasi emosional dari sosok FP.

> *"...aku tuh masih ada gimana ya masih kayak anak kecil yang masih pengen validasi juga dari ibunya, aku udah ngelakuin yang baik belum sih? Aku udah oke belum?"* (C.1*_310-312)*

> *"pokoknya perlu divalidasi, perlu didengar dan harus setiap hari ada komunikasinya..." (C.1_353-355*)

> *"pasti kayak ada ketergantungan gitu kak, jadi udah otomatis ya harus ada dukungan dia dalam apapun itu" (A.1_ 353-355)*

Dalam beberapa kasus, pengaruh FP bahkan meluas hingga pada pengambilan keputusan penting dalam kehidupan partisipan.

Secara keseluruhan, hubungan dengan FP memiliki peran ambivalen dalam kehidupan partisipan. Di satu sisi, FP memberikan dukungan emosional, rasa aman, dan stabilitas. Namun di sisi lain, hubungan tersebut juga memunculkan ketergantungan emosional yang kuat serta meningkatkan kerentanan terhadap fluktuasi emosi.

## PEMBAHASAN

### Konsep *Favorite Person*

*Favorite person* (FP) pada individu dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD) merupakan figur lekat yang memiliki keistimewaan bagi individu dengan BPD. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa bagi individu dengan BPD, FP merupakan seseorang yang dapat diandalkan karena memberikan rasa nyaman dan mengetahui segala hal tentang individu dengan BPD. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa FP merupakan objek keterikatan yang sangat diandalkan oleh individu dengan BPD untuk mendapatkan dukungan emosional, mencari perhatian dan validasi, serta menjadi panutan atau untuk diidolakan (Jeong *et al.*, 2022). Temuan penelitian ini juga memvalidasi temuan penelitian Jeong *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa FP dapat merupakan pasangan romantis atau anggota keluarga dari individu dengan BPD.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *favorite person* merupakan seseorang yang sangat mempengaruhi bagaimana penilaian individu akan dirinya dan kondisi emosional individu dengan BPD. Hal tersebut dikarenakan FP menjadi seseorang yang membuat individu dengan BPD merasa stabil dan aman sehingga sangat bergantung pada dukungan emosional yang diberikan oleh FP (Jeong *et al*., 2022). Hal ini sesuai dengan temuan penelitian. Kondisi individu dengan BPD sangat bergantung pada hubungannya dengan FP, hubungan dengan FP baik akan membuat individu dengan BPD merasa stabil dan bahagia. Sedangkan, hubungan yang memburuk akan membuat merasa cepat terpuruk, krisis identitas, hingga berpikir bahwa dirinya gagal secara keseluruhan.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa seseorang dapat menjadi *favorite person* bagi individu dengan BPD karena adanya kepercayaan yang membuat individu dengan BPD merasa aman dan menjadi fondasi bagi hubungan yang terjalin dengan FP. Rasa percaya yang terbangun dalam hubungan dengan FP menjadi pembeda dengan hubungan individu dengan BPD dengan orang lain. Individu dengan BPD cenderung mengalami perasaan curiga atau tidak percaya terhadap orang lain (Dibenedetti *et al.,* 2023; Fertuck & Preti, 2023). Pada FP, individu dengan BPD akan mempercayai FP dan menjadi kepercayaan itu sebagai landasan adanya keterikatan yang kuat pada FP.

**Ketidakstabilan Hubungan Interpersonal**

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa beberapa kriteria diagnostik BPD mencerminkan konsekuensi dari sensitivitas terhadap ancaman interpersonal dan konflik yang terjadi (misalnya, upaya panik untuk menghindari pengabaian, hubungan yang intens dan penuh badai, ide paranoid yang disebabkan oleh stres) (Fitzpatrick *et al*., 2021). Menurut Fitzpatrick et al. (2021), penelitian menunjukkan bahwa BPD ditandai dengan bias perhatian yang meningkat terhadap informasi negatif atau mengancam, dengan beberapa penelitian menunjukkan bahwa hal ini khususnya terjadi pada informasi interpersonal yang negatif. Hal ini ditunjukkan pada kedua partisipan yang mengakui bahwa informasi interpersonal (perkataan atau perbuatan) merupakan hal yang paling membuatnya sensitif. Tidak hanya itu, ketakutan atas ditinggalkan dan hubungan dengan komunikasi yang intens juga merupakan manifestasi dari sensitivitas interpersonal dan kriteria diagnostik BPD. Individu dengan BPD mungkin sangat rentan terlibat dalam perilaku destruktif untuk mengatur emosi ketika mereka terprovokasi oleh persepsi ancaman *interpersonal* (Fitzpatrick *et al.*, 2021). Hal ini juga ditunjukkan oleh kedua partisipan dengan melakukan perilaku menyakiti diri saat mengalami konflik dengan *favorite person* mereka.

Kedua partisipan juga menunjukkan perilaku menghindar saat mengatasi konflik, namun di sisi lain mereka menunjukkan kebutuhan yang intens terhadap *favorite person* mereka. Tidak hanya itu, dualitas perspektif seperti perasaan membutuhkan di satu waktu, dan tidak membutuhkan di sisi lain juga menjadi temuan yang menonjol dalam penelitian ini. Temuan ini menggambarkan pengalaman ambivalen dalam hubungan dengan *favorite person*, yaitu ketika partisipan merasakan kebutuhan yang kuat akan kedekatan emosional sekaligus kecenderungan untuk menjaga jarak ketika hubungan tersebut memunculkan ketidaknyamanan atau konflik.

**Ketergantungan Emosional**

Temuan ketiga dalam penelitian ini adalah ketergantungan emosional. Ketergantungan emosional yang muncul dalam dinamika hubungan antara individu dengan BPD dengan FP memiliki efek dua sisi sekaligus. Pada satu sisi, pendapat, kondisi emosional, dan perilaku FP akan berdampak terhadap emosi individu dengan BPD. Namun, di sisi yang lain sosok FP menjadi sumber ketenangan individu dengan BPD ketika mengalami gejolak emosional. Sifat ketergantungan emosional individu dengan BPD dan FP membentuk keterikatan yang intens dan berpengaruh terhadap dinamika hubungan yang maladaptif. Hal tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya bahwa kelekatan dalam hubungan individu dengan BPD dan FP yang seringkali intens dan tidak stabil seringkali menjadi disfungsional (Jeong *et al.*, 2022). Disfungsionalitas tersebut terjadi dikarenakan adanya rasa takut ditinggalkan, konflik hubungan, dan rasa cinta yang terus berkaitan sehingga menimbulkan ketergantungan emosional yang juga obsesif (Jeong *et al*., 2022).

Munculnya ketergantungan emosional pada individu dengan BPD terhadap FP salah satunya disebabkan oleh kerentanan harga diri dan stabilitas emosional, sehingga mendorong kebutuhan validasi dari sosok FP. Hal tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya bahwa individu dengan BPD seringkali merasakan keberhargaan diri (*self-worth*) yang rendah sehingga terus membutuhkan validasi berulang kali bahwa mereka dicintai dan berharga (Perseius *et al.*, 2005).

Pada penelitian ini, peneliti juga menemukan bahwa FP juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi, dukungan, stabilitas emosional, dan pengambilan keputusan pada individu dengan BPD. Berdasarkan penelitian sebelumnya, sehat atau tidaknya hubungan antara individu dengan BPD dan FP juga akan bergantung dengan sifat, kepribadian, dan karakteristik FP (Bouchard & Sabourin, 2009)

**Limitasi dan Saran**

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam jumlah partisipan, sehingga temuan belum dapat merepresentasikan pengalaman individu dengan BPD secara lebih luas. Pendekatan fenomenologi yang digunakan juga bergantung pada subjektivitas partisipan, yang dapat dipengaruhi oleh bias memori atau interpretasi individu. Penelitian selanjutnya dapat melibatkan partisipan dengan latar belakang dan pengalaman hubungan yang lebih beragam untuk memperkaya pemahaman mengenai fenomena *favorite person* pada individu dengan BPD. Penelitian selanjutnya juga dapat melibatkan perspektif FP guna memberikan pandangan yang lebih holistik serta mengeksplorasi intervensi yang efektif untuk membantu individu dengan BPD mengelola ketergantungan emosional secara adaptif.\

## KESIMPULAN

Individu dengan *Borderline Personality Disorder* (BPD) memiliki hubungan yang kompleks dan intens dengan "*Favorite Person*" (FP), yang diidentifikasi melalui tiga tema utama: konsep FP, ketidakstabilan hubungan interpersonal, dan ketergantungan emosional. Konsep FP menggambarkan FP sebagai figur yang memberikan rasa aman, kenyamanan, dan dukungan emosional yang signifikan bagi individu dengan BPD. Ketidakstabilan hubungan interpersonal ditandai oleh sensitivitas yang tinggi terhadap dinamika hubungan, ketakutan akan penolakan, dan konflik yang sering kali memicu perilaku destruktif. Ketergantungan emosional terhadap FP menjadi sumber stabilitas emosional tetapi juga menimbulkan risiko disfungsi dalam hubungan ketika terjadi gangguan. Temuan ini menegaskan pentingnya memahami peran FP dalam mendukung stabilitas emosional individu dengan BPD, sekaligus memberikan wawasan baru mengenai tantangan dalam hubungan interpersonal yang tidak sehat.

*Ucapan Terima Kasih*
Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang telah bersedia berbagi pengalaman dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan kelompok penelitian serta dosen pengampu mata kuliah yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses penelitian.

*Kontribusi Penulis*
Penulis bertanggung jawab atas seluruh proses penelitian, mulai dari perumusan ide penelitian, pengumpulan data, analisis data, hingga penulisan manuskrip.

*Konflik Kepentingan*
Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan penelitian maupun dalam penulisan manuskrip ini.

*Pendanaan*
Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus.

---

**REFERENSI**

Ahmad, M., & Wilkins, S. (2024). Purposive sampling in qualitative research: a framework for the entire journey. *Quality & Quantity 2024 59:2*, *59*(2), 1461–1479. https://doi.org/10.1007/s11135-024-02022-5

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596

Bouchard, S., & Sabourin, S. (2009). Borderline personality disorder and couple dysfunctions. *Current Psychiatry Reports*, *11*(1), 55–62. https://doi.org/10.1007/s11920-009-0009-x

Candela, A. G. (2019). Exploring the function of member checking. *Qualitative Report*, *24*(3), 619–628. https://doi.org/10.46743/2160-3715/2019.3726

Chapman, A. L. (2019). Borderline personality disorder and emotion dysregulation. *Development and Psychopathology*, *31*(3), 1143–1156. https://doi.org/10.1017/S0954579419000658

Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. PUSTAKA PELAJAR

Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Qualitative, Quantitative. and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications

Dhingra, I. (2024). Understanding the impact of various personality disorders (PDs) on relationship dynamics, communication patterns, and social interactions. *Global International Research Thoughts*, *12*(1), 7–21. https://doi.org/10.36676/girt.v12.i1.02

Dibenedetti, D., Kosa, K., Waters, H. C., & Oberdhan, D. (2023). Understanding Patients' Experiences with Borderline Personality Disorder: Qualitative Interviews. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *19*, 2115–2125. https://doi.org/10.2147/NDT.S423882

Ellison, W. D., Rosenstein, L. K., Morgan, T. A., & Zimmerman, M. (2018). Community and Clinical Epidemiology of Borderline Personality Disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, *41*(4), 561–573. https://doi.org/10.1016/j.psc.2018.07.008

Fertuck, E. A., & Preti, E. (2023). Interpersonal Trust and Borderline Personality Disorder: Insights From Clinical Practice and Research: Introduction. *Journal of Personality Disorders*, *37*(5), 469–474. https://doi.org/10.1521/pedi.2023.37.5.469

Fitzpatrick, S., Liebman, R. E., & Monson, C. M. (2021). The borderline interpersonal-affective systems (BIAS) model: Extending understanding of the interpersonal context of borderline personality disorder. *Clinical Psychology Review*, *84*. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101983

Giorgi, Amedeo. (2009). *The descriptive phenomenological method in psychology : a modified Husserlian approach*. Duquesne University Press

Holmes, J. (2004). Disorganized attachment and borderline personality disorder: a clinical perspective. *Attachment & Human Development*, *6*(2), 181–190. https://doi.org/10.1080/14616730410001688202

Jeong, H., Jin, M. J., & Hyun, M. H. (2022). Understanding a Mutually Destructive Relationship Between Individuals With Borderline Personality Disorder and Their Favorite Person. *Psychiatry Investigation*, *19*(12), 1069–1077. https://doi.org/10.30773/pi.2022.0079

Kahija, L. (2017). *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. PT Kanisius

Kaurin, A., Beeney, J. E., Stepp, S. D., Scott, L. N., Woods, W. C., Pilkonis, P. A., & Wright, A. G. C. (2020). Attachment and Borderline Personality Disorder: Differential Effects on Situational Socio-Affective Processes. *Affective Science*, *1*(3), 117–127. https://doi.org/10.1007/s42761-020-00017-7

McEvoy, P. (2023). The interpersonal affective focus (IPAF) in dynamic Interpersonal Therapy (DIT): a composite case study. *Psychodynamic Practice*, *29*(2), 136–153. https://doi.org/10.1080/14753634.2023.2191112

Moltu, C., Kverme, B., Veseth, M., & Natvik, E. (2023). How people diagnosed with borderline personality disorder experience relationships to oneself and to others. A qualitative in-depth study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, *18*(1). https://doi.org/10.1080/17482631.2022.2152220

Perseius, K. I., Ekdahl, S., Åsberg, M., & Samuelsson, M. (2005). To tame a volcano: Patients with borderline personality disorder and their perceptions of suffering. *Archives of Psychiatric Nursing*, *19*(4), 160–168. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2005.05.001

Selby, E. A., Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2008). Understanding the relationship between emotional and behavioral dysregulation: emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy*, *46*(5), 593–611. https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.02.002

Sharp, C., Venta, A., Vanwoerden, S., Schramm, A., Ha, C., Newlin, E., Reddy, R., & Fonagy, P. (2016). First empirical evaluation of the link between attachment, social cognition and borderline features in adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, *64*, 4–11. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2015.07.008

Zabihzadeh, A., Maleki, G., Richman, M. J., Hatami, A. J., Alimardani, Z., & Heidari, M. (2017). Affective and cognitive theory of mind in borderline personality disorder: The role of comorbid depression. *Psychiatry Research*, *257*, 144–149. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.034

Zhong, Y. (2024). A General Review of Borderline Personality Disorder. *Interdisciplinary Humanities and Communication Studies*, *2*(8). https://doi.org/10.61173/bsk2rt71