

PENGALAMAN PEREMPUAN DEWASA DENGAN ATTENTION- DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

Anggun Andini¹ dan Nida UI Hasanat²

¹anggunandini@mail.ugm.ac.id dan ²nida@ugm.ac.id

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

Abstrak. Kondisi ADHD dapat menyebabkan perempuan dewasa kurang dapat mengelola fungsi eksekutif termasuk kemampuan manajemen dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna dari pengalaman perempuan dewasa dengan *Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder* (ADHD). Penelitian ini menggunakan metode fenomenologi *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan pengambilan data melalui wawancara semi terstruktur dan observasi. Partisipan penelitian berjumlah 3 orang yang merupakan seorang perempuan dewasa berusia 19 - 44 tahun yang telah menyandang ADHD selama minimal 1 tahun (berdasarkan diagnosis psikiater). Penelitian menghasilkan tema besar yang meliputi tantangan yang dihadapi, pengalaman interaksi sosial, pengalaman akademik dan karier, serta dinamika penyesuaian diri partisipan. Para partisipan menghadapi tantangan yang serupa, tetapi mempunyai cara unik dalam penyesuaian diri yang berdampak positif.

Kata kunci: ADHD, perempuan dewasa, pengalaman, penyesuaian diri

THE EXPERIENCES OF ADULT WOMEN WITH ATTENTION- DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

Abstract. The ADHD can significantly impact executive function, including management skills, presenting a challenge for adult women. This study aimed to explore the lived experiences of adult women with *Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder* (ADHD). This research used *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) methods and collected data through semi structured interviews along with observations. The participants consisted of three adult women aged 19 - 44 years, each diagnosed with ADHD for a minimum one year (based on a psychiatrist's diagnosis). The research findings revealed major themes including the history of ADHD diagnosis, as well as the participants' experiences with social interactions, academics, or careers, along with self-adjustment. Participants faced similar challenges but had unique ways of adapting, resulting in positive outcomes.

Keywords: ADHD, adult women, experiences, self-adjustment