

Persepsi *Subjective Well-Being* Pada Wanita Dewasa Awal Dengan Diagnosis Gangguan Cemas Menyeluruh

Siti Maryam Wahyuni & Muhana Sofiati Utami

Program Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada;

Yogyakarta

e-mail: sitimaryamwahyuni@mail.ugm.ac.id

Abstrak. Gangguan cemas menyeluruh atau *Generalised Anxiety Disorder* (GAD) merupakan jenis gangguan kecemasan yang paling sering ditemui di Indonesia dengan prevalensi rujukan sebesar 3–8% dari seluruh jumlah kasus gangguan kejiwaan. Jenis gangguan kecemasan ini lebih banyak ditemukan pada perempuan dibandingkan laki-laki dan onset kemunculan gangguan ini dimulai saat remaja ketika memasuki masa pubertas. Terdapat berbagai aspek yang dapat memperparah gangguan cemas menyeluruh pada perempuan yang dapat menurunkan tingkat *subjective well-being* mereka. Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana wanita dewasa berproses dengan gangguan tersebut dan persepsi yang muncul setelah berproses dengan situasi tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian deksriptif kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman wanita dengan dewasa awal berproses dengan keadaan *subjective well-being* yang rendah. Berdasarkan hasil analisis peneliti menemukan lima tema utama dalam pengalaman wanita dewasa memproses gangguan cemas menyeluruh yaitu kondisi *subjective well-being* wanita dewasa awal dengan gangguan cemas menyeluruh, aspek yang memicu penurunan *subjective well-being*, strategi wanita dewasa awal dengan gangguan cemas menyeluruh memproses pengalaman *subjective well-being* rendah, kondisi *subjective well-being* wanita dewasa awal dengan gangguan cemas menyeluruh setelah berproses dengan profesional kesehatan mental dan menjalaninnya dalam kehidupan, dan persepsi pengalaman *subjective well-being* rendah pada wanita dewasa awal dengan gangguan cemas menyeluruh.

Kata Kunci: *Gangguan Cemas Menyeluruh, GAD, Subjective Well-Being, Wanita Dewasa Awal, Penelitian Kualitatif, Deskriptif Kualitatif*

Subjective Well-Being Perception in Early Adult Women with a Diagnosis of Generalized Anxiety Disorder

Siti Maryam Wahyuni & Muhana Sofiati Utami

Master of Professional Psychology Program, Faculty of Psychology,

Universitas Gadjah Mada; Yogyakarta

e-mail: sitimaryamwahyuni@mail.ugm.ac.id

Abstrak. Generalised Anxiety Disorder (GAD) is the most commonly encountered type of anxiety disorder in Indonesia, with a referral prevalence of 3–8% of all mental disorder cases. This type of anxiety disorder is more frequently found in women than in men, and its onset typically begins during adolescence, coinciding with puberty. Various factors can exacerbate GAD in women, leading to a decline in their subjective well-being. Therefore, this study aims to explore how early adulthood women navigate this disorder and their perceptions after undergoing the process of dealing with it. This research is a qualitative descriptive study that seeks to describe the experiences of young adult women in coping with low subjective well-being. Based on the analysis, the researchers identified five main themes in the experiences of early adulthood women with GAD: the subjective well-being condition of early adulthood women with GAD, factors that trigger a decline in subjective well-being, strategies employed by early adulthood women with GAD to process their low subjective well-being experiences, the subjective well-being condition of early adulthood women with GAD after engaging with mental health professionals and incorporating their experiences into daily life, and perceptions of low subjective well-being experiences among early adulthood women with GAD.

Keywords: *Generalised Anxiety Disorder, GAD, Subjective Well-Being, Early Adulthood Women, Qualitative Research, Qualitative Description*