

Diagnose and Treatment of ADHD in Adult Woman: A Literature Review

Rinesita Murniati^{1*}, Iliyani Sholihatin¹, Yumna Iftinan Khalda¹, Sulitiawangi²

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia;

²Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia;

Article History

Received : October 20th, 2024

Revised : November 10th, 2024

Accepted : November 28th, 2024

*Corresponding Author: **Rinesita Murniati**, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia; Email: rinestamrn@gmail.com

Abstract: Most of the women remain undiagnosed until adulthood in ADHD. The gap on incidence ratio of ADHD between girls and adult women clearly reflects that there are different characteristics of ADHD symptoms in women, particularly a tendency towards inattentiveness, which usually goes unnoticed until adulthood. The delayed diagnosis may affect quality of life, life dissatisfaction, anxiety, substance addiction, social problem, depression, and suicide tendencies. Attention Deficit/Hyperactivity Disorder is a neurodevelopmental disorder predestined with the symptoms of difficulty in maintaining attention, hyperactivity, and impulsive behavior, probably caused by genetic, neurobiologic, and environmental factors. The aim of this study is to understand the characteristics of ADHD symptoms look like in adult women and how to treat it. The method this study uses is a literature review sourcing articles from journal databases such as PubMed, Google Scholar, and ResearchGate. Research findings have established the fact that stigma and gender bias could obscure or delay the diagnosis of ADHD in women. Consequently, they often suffer from mental health issues, problems in relationships with others, and comorbid conditions like depression and anxiety that complicate the diagnosis of their ADHD. Treatment approach might differ for women because hormonal fluctuations during the menstrual cycle can exacerbate symptoms of ADHD.

Keywords: ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), ADHD in adult, woman.

Pendahuluan

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah gangguan neurodevelopmental yang sering terjadi saat masa kanak-kanak. ADHD bisa terjadi baik pada perempuan maupun laki-laki (Stibbe et al., 2020). Wanita sering kali tidak terdiagnosis ADHD saat anak-anak atau mengalami salah diagnosis pada saat dewasa (Attoe & Climie, 2023). Prevalensi kejadian ADHD pada anak sekitar 5% dan 2,5% pada dewasa (Dobrosavljevic et al., 2020). Pada masa anak-anak, kejadian ADHD laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan dengan rasio 3:1 (Attoe & Climie, 2023; Bölte et al., 2023). Sedangkan pada dewasa rasio kejadiannya menjadi 1,6 : 1 pada pria dan

Wanita (American Psychiatric Assosiation, 2013; Attoe & Climie, 2023). Literatur lain menunjukkan rasio ADHD 1:1 antara pria dan wanita dewasa (Rennó et al., 2022).

Adanya gap rasio ADHD perempuan pada anak dan dewasa menunjukkan bahwa bisa jadi ADHD banyak tidak terdiagnosis pada anak perempuan atau gejala ADHD yang muncul cenderung inattentive atau kelalaian sehingga sering kali diabaikan hingga dewasa (Attoe & Climie, 2023; Ayano et al., 2023). Penelitian-penelitian terdahulu menyebutkan bahwa ADHD pada wanita apabila terlambat terdiagnosis dapat menyebabkan ketidapuasan dalam hidup seperti tingginya kemungkinan masalah kesehatan jangka panjang, kesulitan dalam pekerjaan dan pendidikan, penolakan

dalam pergaulan sosial hingga hubungan asmara. Lebih parahnya lagi kemungkinan besar wanita dengan ADHD yang tidak mendapat pengobatan yang tepat sering kali menunjukkan gejala anxietas, ketergantungan alkohol dan obat-obatan, serta depresi yang berujung pada keinginan mengakhiri hidup (Attoe & Climie, 2023; Rennó et al., 2022). Oleh sebab itu, diagnosis yang tepat pada wanita dengan ADHD dirasa perlu.

Masih belum banyaknya jurnal literatur berbahasa Indonesia yang membahas ADHD dewasa terkhusus pada wanita sampai saat ini mendorong penulis untuk membuat kajian literatur mengenai topik ini. Tinjauan literatur berbahasa Indonesia kebanyakan lebih berpusat pada gejala dan penatalaksanaan ADHD tipikal untuk laki-laki. Artikel tinjauan pustaka ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik gejala yang sering muncul pada wanita dengan ADHD serta opsi penatalaksanaan efektif yang dapat diberikan. Diharapkan artikel ini bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman mengenai wanita dengan ADHD dan menambah pengetahuan klinisi untuk mendiagnosis ADHD dewasa pada wanita dengan tepat. Sehingga wanita ADHD mendapatkan pengobatan tepat dan cepat.

Bahan dan Metode

Penulisan tinjauan pustaka ini metode penelusuran dan pengumpulan informasi melalui berbagai *data base journal*. Adapun media pencarian yang digunakan adalah Google scholar, Pubmed, dan Research gate dengan menggunakan kata kunci pencarian “(ADHD OR *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* OR Adult ADHD) AND (Woman OR Girl)”.

Hasil dan Pembahasan

ADHD

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah kelainan perkembangan mental dengan karakteristik gejala berupa kurang mampu mempertahankan perhatian, hiperaktif, dan impulsif. Pengelompokan ADHD menurut DSM 5 terbagi menjadi tiga, yaitu predominan inattentive, predominan hiperaktif/impulsif, dan kombinasi dari keduanya. ADHD biasa

terdiagnosis sebelum usia 12 tahun atau pada masa anak-anak. ADHD yang terdiagnosis saat masa anak-anak dapat menetap hingga remaja sekitar 50-80% dan 30-50% dari kasus dapat menetap hingga dewasa (American Psychiatric Assosiation, 2013; Sapkale & Sawal, 2023).

Etiologi dan patofisiologi

Etiologi ADHD masih belum diketahui secara jelas sampai saat ini. Diduga terdapat peranan faktor hereditas, faktor lingkungan, dan faktor neurologikal pada kejadian ADHD (Faraone & Larsson, 2019; Perez Custodio et al., 2024). Orang tua yang menderita ADHD berkemungkinan besar menurunkan gen ADHD kepada anaknya. Pada kondisi ini sering kali wanita dengan ADHD yang tidak terdiagnosis baru mengetahui kondisinya ketika memiliki anak ADHD (Bölte et al., 2023; Faraone & Larsson, 2019).

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah gangguan neuropsikiatri kompleks yang melibatkan disfungsi sistem dopaminergik dan noradrenergik di otak. ADHD diperkirakan berhubungan dengan berkurangnya aktivitas di area otak yang berhubungan dengan kontrol perhatian, kontrol impuls, dan fungsi eksekutif, khususnya korteks prefrontal, striatum, dan sistem limbik (Bölte et al., 2023; Eng et al., 2024; Faraone & Larsson, 2019). Studi terbaru menunjukkan penurunan aktivitas dopamin dan norepinefrin di jalur saraf yang berperan dalam perhatian dan kontrol impuls. Secara genetik, ADHD memiliki komponen genetik yang signifikan. Mutasi pada gen yang memengaruhi reseptor dopamine dikaitkan dengan peningkatan risiko hereditas ADHD dalam keluarga (Faraone & Larsson, 2019).

Faktor lingkungan seperti paparan zat *toxic*, alkohol, dan rokok selama perkembangan otak janin serta paparan pewarna makanan dan pengawet posnatal juga diduga berkontribusi terhadap risiko ADHD pada wanita (Posner et al., 2020). Fluktuasi hormon seks (estrogen dan progesterone) selama siklus menstruasi memengaruhi neurotransmitter seperti dopamin dan serotonin selanjutnya mempengaruhi pengaturan suasana hati dan gejala ADHD (Eng et al., 2024; Young et al., 2020). Penurunan kadar estrogen selama fase luteal dikaitkan dengan peningkatan gejala ADHD memperburuk disfungsi kognitif dan emosional (de Jong et al.,

2023).

Manifestasi klinis dan diagnosis

ADHD pada wanita memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dengan tipikal ADHD pada pria. Pada wanita karakteristik gejala yang lebih sering muncul berupa inattentive seperti penurunan harga diri (low self-esteem), kesulitan dalam hubungan sosial dengan teman sebaya, anxietas, dan depresi (Bölte et al., 2023; Mowlem et al., 2019). Gejala-gejala ini seringkali tidak dipedulikan hingga tidak terdeteksi untuk didiagnosis (Attoe & Climie, 2023). Sedangkan pada laki-laki, gejala yang dominan lebih kepada hiperaktif atau kombinasi keduanya sehingga sering kali lebih dianggap pengganggu saat anak-anak. Temuan lain juga menunjukkan bahwa penegakan diagnosis dan praktik klinis bias terhadap gejala yang sering dialami laki-laki (Mowlem et al., 2019; Stibbe et al., 2020).

Kondisi lingkungan sosial yang menerapkan sistem nilai dan norma yang sangat ketat bagi perempuan membuat gejala ADHD berusaha ditutupi sejak dini (Bölte et al., 2023; Mowlem et al., 2019). Anak-anak perempuan diajarkan dan dituntut untuk memiliki sifat dan sikap sesuai norma feminin seperti empati, berhubungan baik dengan orang lain, rapih, tekun dan patuh. Apabila mereka menunjukkan gejala-gejala ADHD seperti impulsif, hiperaktif, kesulitan memusatkan perhatian, dan disorganisasi yang tidak sesuai dengan norma feminin maka besar kemungkinan mendapat label buruk dari masyarakat (Attoe & Climie, 2023; Mowlem et al., 2019).

Kesejahteraan sosial dan emosional menjadi salah satu aspek kehidupan yang terdampak dari kondisi ADHD pada wanita. Perasaan tidak diterima oleh orang lain yang berasal dari dalam diri mereka membuat kesulitan dalam bergaul dan berhubungan dengan teman sebaya (Perez Custodio et al., 2024). Faktor lain yang memungkinkan yaitu perasaan rendah diri dan merasa dirinya adalah orang jahat menyebabkan mereka menarik diri dari pergaulan. Mereka sering merasa berbeda dengan orang lain dan berpikir ada yang salah dengan dirinya, namun tidak mengerti alasan penyebab hal tersebut (Kosheleff et al., 2023).

Rendahnya penghargaan diri (*low self-esteem*) membuat wanita ADHD memiliki

pikiran negatif terhadap dirinya (Attoe & Climie, 2023; Pedersen et al., 2024). Perasaan tidak cukup mampu, gagal, perasaan bersalah dan tidak diinginkan juga sering dirasakan. Mereka juga sering kali mengalami kesulitan mengontrol emosi seperti marah, mudah tersinggung dan perubahan mood yang drastis. Hal ini sering menimbulkan masalah pada jejang pendidikan, karir, hingga kehidupan bermasyarakat (Kosheleff et al., 2023; Pedersen et al., 2024).

Wanita ADHD juga memiliki permasalahan pada internal dan eksternal *locus control* (Attoe & Climie, 2023; Mowlem et al., 2019). Mereka memandang penghargaan yang didapatkan adalah suatu kebetulan atau ada faktor eksternal yang turut berperan. Sedangkan ketika mereka mengalami kegagalan dalam hidup mereka akan cenderung menyalahkan diri sendiri dan mengatakan bahwa dia tidak melakukannya dengan cukup baik (Aprilia & Oktaria, 2017; Attoe & Climie, 2023). Mereka akan berpikir dan bersikap lebih keras terhadap dirinya ketika mendapati kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan (Perez Custodio et al., 2024; Posner et al., 2020).

Kondisi tersebut membuat wanita ADHD sering merasa frustrasi, sedih, cemas hingga depresi (Posner et al., 2020; Salvi et al., 2021). Pada kasus berat tidak jarang muncul ide mengakhiri hidup hingga percobaan bunuh diri (Rennó et al., 2022). Wanita dengan ADHD memiliki resiko lebih tinggi untuk melakukan *self-harm* dan bunuh diri dibandingkan dengan wanita tanpa ADHD. Tidak jarang wanita ADHD melakukan *self-diagnose* terhadap dirinya (Abdelnour et al., 2022; Pierre et al., 2019). Ketika mereka datang ke dokter, mereka harus membuktikan gejala yang dirasakan benar dan serius agar ADHD dipertimbangkan sebagai diagnosis. Stenner mengatakan bahwa bagi banyak wanita, ADHD termasuk dalam kategori penyakit yang harus diperjuangkan untuk didapatkan (Stenner et al., 2019).

Keberadaan komorbiditas seperti penyimpangan perilaku, depresi, ansietas, gangguan makan, gangguan tidur, dan perubahan suasana hati, autisme yang tinggi pada wanita dengan ADHD. Hal ini menyebabkan sulit tegaknya diagnosis ADHD (Abdelnour et al., 2022; Attoe & Climie, 2023). Prognosis buruk juga lebih tinggi pada ADHD dewasa dengan komorbiditas tanpa adanya pengobatan yang

tepat dan adekuat (Choi et al., 2022). Dilaporkan bahwa 85% dari pasien ADHD dewasa memiliki komorbid, dengan presentasi terbanyak yaitu depresi (Pierre et al., 2019).

Tatalaksana

Penatalaksanaan ADHD dewasa dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan/atau non-farmakologi (Young et al., 2020). Pemberian psikostimulan sebagai pengobatan farmakologi dinilai dapat mengurangi gejala dan memberikan luaran baik pada prestasi belajar, performa kerja dan kehidupan sosial pasien ADHD dewasa. Pengobatan farmakologi terdeleri dari psikostimulan dan non-psikostimulan (Posner et al., 2020). Obat psikostimulan umumnya diresepkan, yaitu methylphenidate, lisdexamphetamine, dan amphetamine (Taipale et al., 2024; Young et al., 2020). Methylphenidate dinilai lebih baik untuk anak-anak dengan ADHD, sedangkan amphetamine dipilih untuk ADHD dewasa (Taipale et al., 2024). Pemilihan ini berdasarkan keamanan dan kemanjuran obat dalam rentang usia tertentu (Young et al., 2020).

Beberapa kasus seperti tidak dapat diberikannya obat stimulan atau tidak berhasilnya pengobatan dengan obat stimulan dapat diberikan obat nonpsikostimulan seperti atomoxetine, clonidine, guanfacine, atau bupropion. Meskipun demikian, beberapa penelitain menyatakan krangnya efektifitas dan tolerabilitas jenis obat-obatan oral ini. Perempuan memiliki kecenderungan untuk mendat pengobatan obat psikostimulan dibandingkan dengan laki-laki. Berkaitan dengan keterlambatan diagnosis, perempuan lebih sering memulai pengobatan diusia lebih tua dibandingkan laki-laki (Kosheleff et al., 2023; Young et al., 2020).

Pemberian pengobatan farmakologi dengan obat psikostimulan ataupun nonpsikostimulan pada wanita hamil masih penuh perdebatan (Young et al., 2020). Pada beberapa literatur dikatakan bahwa pemberian amphetamine dan methylphenidate dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin yang menyebabkan kelainan kongenital, serta menimbulkan permasalahan obstetrik seperti meningkatnya resiko preeklampsia (Rennó et al., 2022). Dengan demikian, pemberian pengobatan farmakologi tidak direkomendasikan pada ibu hamil, namun

apabila dirasa manfaat lebih besar dan dapat membahayakan bila tidak diberikan obat stimulan maka dapat dipertimbangkan pemberiannya dengan memperhatikan pemantauan obstetrik yang ketat (de Jong et al., 2023; Rennó et al., 2022; Taipale et al., 2024).

Pengobatan farmakologi pada wanita dewasa memiliki sedikit perbedaan akibat adanya perubahan hormonal selama siklus menstruasi. Perubahan hormonal ini dinilai dapat memengaruhi efektivitas obat psikostimulan yang diberikan. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa pada fase luteal efek dari obat psikostimulan dinilai kurang kuat dalam menekan gejala ADHD pada wanita. Hal ini menyebabkan perlunya peningkatan dosis obat pada masa premenstruasi (de Jong et al., 2023). Penelitian yang dilakukan de Jong (2023) menemukan bahwa peningkatan dosis obat psikostimulan dapat memperbaiki gejala ADHD yang memberat pramenstruasi. Dikatakan setelah pemberian intervensi subjek menunjukkan hasil baik, seperti peningkatan konsentrasi, fokus, produktivitas, dan kemampuan mengelola emosi. Pada beberapa kasus dengan gejala depresi menetap setelah diberikan peningkatan dosis psikostimulan, penambahan obat jenis *Selective Serotonine Reaptake* (SSRI) dapat bermanfaat sebagai antidepresan (de Jong et al., 2023).

Pengobatan non-farmakologi dapat dilakukan dengan metode *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *mindfulness intervention* dan psikoedukasi pada pasien ADHD dewasa (Abdelnour et al., 2022). Pemberian penatalaksanaan nonfarmakologi dinilai dapat memberikan luaran baik dalam memperbaiki persoalan dalam pengontrolan emosi, fungsi eksekutif, dan kognitif. (Young et al., 2020). Pemberian dukungan dan arahan dalam memulai kegiatan sosial, pendidikan, maupun dalam ranah pekerjaan diperlukan guna mengembalikan kembali kualitas hidup penderita menjadi lebih baik dan produktif (Sastoso, 2024; Taipale et al., 2024)

Kesimpulan

ADHD pada anak perempuan sering terlambat atau tidak terdiagnosis hingga dewasa.

Diagnosis ADHD bagi wanita adalah penyakit yang harus diperjuangkan untuk didapatkan. Gejala ADHD pada wanita sering kali disembunyikan sehingga sulit dideteksi. Wanita ADHD sering kali merasakan perasaan sedih, cemas, depresi, penghargaan diri yang rendah, hingga ide bunuh diri. Keberadaan komorbid juga mengaburkan diagnosis ADHD pada wanita. Komorbiditas sering kali mengaburkan dan memperparah diagnosis ADHD pada wanita dewasa. Adapun penatalaksanaannya berupa terapi farmakologi dan/atau nonfarmakologi. Keterlambatan diagnosis dan pengobatan dapat memperparah kondisi ADHD dan memengaruhi kualitas hidup.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam pembuatan artikel tinjauan pustaka ini. Penulis mengharapkan artikel ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca sekalian. Penulis juga mengharapkan kedepannya terdapat lebih banyak penelitian lebih lanjut mengenai ADHD pada wanita dewasa yang dapat menunjang kemajuan ilmu pengetahuan di bidang kedokteran psikiatri.

Referensi

- Abdelnour, E., Jansen, M. O., & Gold, J. A. (2022). SCIENCE OF MEDICINE ADHD Diagnostic Trends: Increased Recognition or Overdiagnosis? *Missouri Medicine*, 467–473. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9616454/>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Aprilia, E., & Oktaria, D. (2017). *Kemampuan Akademik Penderita Attention Deficit-Hyperactivity Disorder (ADHD) pada Tingkat Perguruan Tinggi* (Vol. 7, Issue 1).
- Attoe, D. E., & Climie, E. A. (2023). Miss. Diagnosis: A Systematic Review of ADHD in Adult Women. *Journal of Attention Disorders*, 27(7), 645–657. <https://doi.org/10.1177/10870547231161533>

- Ayano, G., Tsegay, L., Gizachew, Y., Necho, M., Yohannes, K., Abraha, M., Demelash, S., Anbesaw, T., & Alati, R. (2023). Prevalence of attention deficit hyperactivity disorder in adults: Umbrella review of evidence generated across the globe. In *Psychiatry Research* (Vol. 328). Elsevier Ireland Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115449>
- Bölte, S., Neufeld, J., Marschik, P. B., Williams, Z. J., Gallagher, L., & Lai, M. C. (2023). Sex and gender in neurodevelopmental conditions. In *Nature Reviews Neurology* (Vol. 19, Issue 3, pp. 136–159). Nature Research. <https://doi.org/10.1038/s41582-023-00774-6>
- Choi, W. S., Woo, Y. S., Wang, S. M., Lim, H. K., & Bahk, W. M. (2022). The prevalence of psychiatric comorbidities in adult ADHD compared with non-ADHD populations: A systematic literature review. In *PLoS ONE* (Vol. 17, Issue 11 November). Public Library of Science. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277175>
- de Jong, M., Wynchank, D. S. M. R., van Anandel, E., Beekman, A. T. F., & Kooij, J. J. S. (2023). Female-specific pharmacotherapy in ADHD: premenstrual adjustment of psychostimulant dosage. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1306194>
- Dobrosavljevic, M., Solares, C., Cortese, S., Andershed, H., & Larsson, H. (2020). Prevalence of attention-deficit/hyperactivity disorder in older adults: A systematic review and meta-analysis. In *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* (Vol. 118, pp. 282–289). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.07.042>
- Eng, A. G., Nirjar, U., Elkins, A. R., Sizemore, Y. J., Monticello, K. N., Petersen, M. K., Miller, S. A., Barone, J., Eisenlohr-Moul, T. A., & Martel, M. M. (2024). Attention-deficit/hyperactivity disorder and the menstrual cycle: Theory and evidence. *Hormones and Behavior*, 158, 105466.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2023.105466>
- Faraone, S. V., & Larsson, H. (2019). Genetics of attention deficit hyperactivity disorder. In *Molecular Psychiatry* (Vol. 24, Issue 4, pp. 562–575). Nature Publishing Group. <https://doi.org/10.1038/s41380-018-0070-0>
- Kosheleff, A. R., Mason, O., Jain, R., Koch, J., & Rubin, J. (2023). Functional Impairments Associated With ADHD in Adulthood and the Impact of Pharmacological Treatment. *Journal of Attention Disorders*, 27(7), 669–697. <https://doi.org/10.1177/10870547231158572>
- Mowlem, F. D., Rosenqvist, M. A., Martin, J., Lichtenstein, P., Asherson, P., & Larsson, H. (2019). Sex differences in predicting ADHD clinical diagnosis and pharmacological treatment. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 28(4), 481–489. <https://doi.org/10.1007/s00787-018-1211-3>
- Pedersen, A. B., Edvardsen, B. V., Messina, S. M., Volden, M. R., Weyandt, L. L., & Lundervold, A. J. (2024). Self-Esteem in Adults With ADHD Using the Rosenberg Self-Esteem Scale: A Systematic Review. *Journal of Attention Disorders*, 28(7), 1124–1138. <https://doi.org/10.1177/10870547241237245>
- Perez Custodio, R. J., Hengstler, J. G., Hoon Cheong, J., Jin Kim, H., Wascher, E., & Getzmann, S. (2024). Adult ADHD: it is old and new at the same time what is it? *Reviews in the Neurosciences*, 35(2), 225–241. <https://doi.org/10.1515/revneuro-2023-0071>
- Pierre, M., Cogez, J., Lebain, P., Loisel, N., Lalevée, C., Bonnet, A. L., De La Sayette, V., & Viader, F. (2019). Detection of adult attention deficit hyperactivity disorder with cognitive complaint: Experience of a French memory center. In *Revue Neurologique* (Vol. 175, Issue 6, pp. 358–366). Elsevier Masson SAS. <https://doi.org/10.1016/j.neurol.2018.09.021>
- Posner, J., Polanczyk, G. V., & Sonuga-Barke, E. (2020). Attention-deficit hyperactivity disorder. In *The Lancet* (Vol. 395, Issue 10222, pp. 450–462). Lancet Publishing Group. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)33004-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)33004-1)
- Rennó, J. J., Gislene, V., Amaury, C., Jeronimo, M.-R., Renan, R., & Antonio Geraldo, da S. J. (2022). *Woman's Mental Health: A Clinical and Evidence-Based Guide*. Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-29081-8>
- Salvi, V., Ribuoli, E., Servasi, M., Orsolini, L., & Volpe, U. (2021). Adhd and bipolar disorder in adulthood: Clinical and treatment implications. In *Medicina (Lithuania)* (Vol. 57, Issue 5). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/medicina57050466>
- Sapkale, B., & Sawal, A. (2023). Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Causes and Diagnosis in Adults: A Review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.49144>
- Sastoso, T. B. (2024). Pentingnya Perencanaan Dalam Melakukan Aktifitas Untuk Mendukung Produktifitas Individu Dewasa Dengan ADHD. *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa*.
- Stenner, P., O'Dell, L., & Davies, A. (2019). Adult women and ADHD: On the temporal dimensions of ADHD identities. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 49(2), 179–197. <https://doi.org/10.1111/jtsb.12198>
- Stibbe, T., Huang, J., Paucke, M., Ulke, C., & Strauss, M. (2020). Gender differences in adult ADHD: Cognitive function assessed by the test of attentional performance. *PLoS ONE*, 15(10 October). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240810>
- Taipale, H., Bergström, J., Gèmes, K., Tanskanen, A., Ekselius, L., Mittendorfer-Rutz, E., & Helgesson, M. (2024). Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Medications and Work Disability and Mental Health Outcomes. *JAMA Network Open*, 7(3), E242859. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.2859>
- Young, S., Adamo, N., Ásgeirsdóttir, B. B., Branney, P., Beckett, M., Colley, W.,

Cubbin, S., Deeley, Q., Farrag, E., Gudjonsson, G., Hill, P., Hollingdale, J., Kilic, O., Lloyd, T., Mason, P., Paliokosta, E., Perecherla, S., Sedgwick, J., Skirrow, C., ... Woodhouse, E. (2020). Females with ADHD: An expert consensus statement taking a lifespan approach

providing guidance for the identification and treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder in girls and women. In *BMC Psychiatry* (Vol. 20, Issue 1). BioMed Central.
<https://doi.org/10.1186/s12888-020-02707-9>