



Penerapan *Social Cognitive Theory* Terhadap Upaya Pencegahan Perilaku Merokok Elektrik (*Vape*) pada Remaja

Siti Rosdiana

Universitas Muhammadiyah Jakarta

Luqman Effendi

Universitas Muhammadiyah Jakarta

JL. K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Ciputat, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

Korespondensi penulis: rossdianaa058@gmail.com

Abstract: *The use of electronic cigarettes (vapes) among adolescents is increasing and risks forming smoking habits from an early age. This behavior is not only influenced by knowledge, but also by the social environment and the learning process through observation. This study aims to determine the application of Social Cognitive Theory (SCT) in explaining the prevention and control of vaping behavior in adolescents. This study is a literature review conducted through the Google Scholar, Portal Garuda, PubMed, and ScienceDirect databases from 2021 to 2025. A total of eight articles that met the criteria were analyzed descriptively. The results show that vaping behavior among adolescents is related to peer influence, lack of family supervision, exposure to social media, and low self-efficacy. SCT components such as modeling, outcome expectations, and self-efficacy were found to play a role in shaping this behavior. It can be concluded that SCT is effective as a foundation for understanding vaping behavior and designing prevention efforts. Strengthening self-efficacy, family and school involvement, and controlling vape promotion are necessary to reduce vape use among adolescents.*

Keywords: *Electronic Cigarettes, Adolescents, Social Cognitive Theory, and Prevention*

Abstrak: Penggunaan rokok elektrik (*vape*) pada remaja semakin meningkat dan berisiko membentuk kebiasaan merokok sejak usia dini. Perilaku ini tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan proses belajar melalui pengamatan. Penelitian ini bertujuan mengetahui penerapan *Social Cognitive Theory* (SCT) dalam menjelaskan pencegahan dan pengendalian perilaku vaping pada remaja. Studi ini merupakan *literature review* yang dilakukan melalui database *Google Scholar*, *Portal Garuda*, *PubMed*, dan *ScienceDirect* dengan rentang tahun 2021–2025. Sebanyak delapan artikel yang memenuhi kriteria dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan bahwa perilaku vaping pada remaja berkaitan dengan pengaruh teman sebaya, kurangnya pengawasan keluarga, paparan media sosial, serta rendahnya *self-efficacy*. Komponen SCT seperti *modeling*, *outcome expectations*, dan *self-efficacy* terbukti berperan dalam membentuk perilaku tersebut. Dapat disimpulkan bahwa SCT efektif digunakan sebagai dasar dalam memahami perilaku vaping dan merancang upaya pencegahan. Penguatan *self-efficacy*, keterlibatan keluarga dan sekolah, serta pengendalian promosi *vape* diperlukan untuk menekan penggunaan *vape* pada remaja.

Kata kunci: Rokok Elektrik, Remaja, Teori Sosial Kognitif, dan Pencegahan

LATAR BELAKANG

Penggunaan rokok elektrik atau vape semakin banyak dijumpai di kalangan remaja. Fenomena ini berkembang karena sebagian besar remaja percaya bahwa vape merupakan alternatif yang lebih aman dibandingkan rokok tembakau. Walaupun berbagai program pencegahan merokok telah dijalankan, muncul kecenderungan baru berupa naiknya penggunaan rokok elektrik (vape) di kalangan remaja. Produk ini kerap dianggap sebagai pilihan yang lebih aman dibandingkan rokok biasa, padahal di dalamnya tetap terdapat nikotin serta beragam senyawa kimia berbahaya. Paparan zat tersebut dapat memicu ketergantungan dan berdampak pada fungsi paru-paru, sekaligus mengganggu proses pematangan otak remaja yang masih berkembang. Hasil Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan peningkatan yang nyata dalam penggunaan vape pada kelompok usia 15 – 19 tahun, selama beberapa tahun terakhir, menandakan perubahan perilaku merokok yang semakin mengkhawatirkan dan patut menjadi perhatian.

Sementara itu, remaja termasuk kelompok yang paling mudah mengalami kecanduan nikotin karena kondisi biologis dan psikologis mereka belum sepenuhnya matang. Penggunaan vape tidak hanya menimbulkan efek jangka pendek berupa gangguan pernapasan dan menurunnya kebugaran, tetapi juga dapat memperbesar kemungkinan timbulnya penyakit kronis di kemudian hari, seperti penyakit jantung, kanker, dan hambatan pertumbuhan. Di luar sisi medis, kebiasaan ini turut menimbulkan dampak sosial serta ekonomi, misalnya mendorong keterlibatan dalam lingkungan pergaulan yang kurang sehat dan menciptakan beban pengeluaran yang tidak bermanfaat. Situasi tersebut mengisyaratkan bahwa pandangan yang menyebut vape sebagai pilihan “lebih aman” bersifat menyesatkan, karena justru menempatkan remaja pada risiko kecanduan dan berbagai masalah kesehatan serius (Munasari et al., 2025).

Vape atau rokok elektrik adalah perangkat hisap yang dirancang untuk menghasilkan uap dengan cara memanaskan cairan (liquid), bukan melalui proses pembakaran seperti pada rokok konvensional. Cairan tersebut umumnya mengandung nikotin, perisa, serta berbagai bahan kimia lain yang kemudian dihirup oleh penggunanya. Meskipun sering dianggap sebagai inovasi rokok modern, prinsip kerjanya tetap bertujuan memberikan sensasi yang mirip dengan merokok, termasuk rasa puas yang dapat menimbulkan ketergantungan (Wirajaya et al., 2024).

Penggunaan rokok elektrik (vape) di kalangan remaja dipengaruhi oleh kombinasi faktor lingkungan serta aspek psikologis. Hasil penelitian di sejumlah kota besar seperti Jakarta, Malang, dan Yogyakarta memperlihatkan bahwa proporsi siswa SMA yang memakai vape berada pada kisaran 4,5% hingga 65%, bergantung pada wilayah serta kemudahan akses produk. Temuan

tersebut menggambarkan bahwa keberadaan vape semakin mudah dijumpai dan mulai membentuk tren di kalangan remaja. Salah satu pemicu terkuat berasal dari tekanan atau pengaruh teman sebaya. Demi diterima dalam kelompok, remaja sering meniru perilaku teman-temannya. Ketika lingkungan pergaulan menggunakan vape, kemungkinan remaja lain untuk ikut mencoba akan meningkat. Penelitian juga menemukan bahwa ketersediaan produk dan harga yang relatif murah berkaitan erat dengan kebiasaan *vaping*. Artinya, kemudahan memperoleh vape dan normalisasi dalam kelompok sosial lebih dominan dibandingkan pertimbangan rasional mengenai bahaya kesehatan.

Selain itu, media sosial dan promosi komersial berkontribusi membentuk citra bahwa vape adalah produk modern dan relatif aman. Banyak konten menonjolkan desain menarik serta variasi rasa, sehingga memicu rasa penasaran sekaligus menanamkan anggapan bahwa penggunaannya “lebih aman” dibandingkan rokok tembakau. Minimnya pengetahuan tentang zat kimia dalam liquid serta kesalahpahaman bahwa vape tidak berbahaya semakin memperkuat praktik merokok elektrik pada usia remaja. Dorongan dari dalam diri, seperti rasa ingin tahu, keinginan terlihat keren, dan kebutuhan diterima dalam pergaulan, juga memengaruhi keputusan remaja menggunakan vape.

Kajian Penelitian (Wisri et al., 2025) menunjukkan bahwa aspek pengetahuan, kepercayaan diri, kondisi emosional, dan dukungan sosial memiliki peranan penting dalam membentuk kebiasaan vaping. Pada lingkungan yang permisif misalnya keluarga atau masyarakat yang tidak memberikan batasan kebiasaan ini makin mudah berkembang. Aspek psikologis turut memberi andil. Remaja yang merasakan kesepian, tekanan emosional, atau beban akademik cenderung menjadikan vape sebagai sarana pelampiasan untuk merasa lebih tenang. Hal ini dikuatkan oleh bukti bahwa stres psikososial, perundungan, serta depresi berkorelasi dengan peningkatan penggunaan *e-cigarette* pada siswa sekolah menengah. Dari perspektif kesehatan, paparan nikotin dalam vape dapat memicu kecanduan, menurunkan kemampuan konsentrasi, memengaruhi suasana hati, dan menimbulkan gangguan paru seperti batuk berkepanjangan, asma, hingga *EVALI (E-cigarette or Vaping Associated Lung Injury)*. Secara sosial, kebiasaan ini dapat mempererat ketergantungan pada komunitas perokok/vaper dan meningkatkan risiko tekanan dari teman sebaya.

Program pencegahan terkait perilaku merokok elektrik (vape) pada remaja selama ini sebagian besar masih berorientasi pada penyampaian informasi mengenai bahaya kesehatan. Strategi yang dipilih lebih menekankan edukasi melalui penyuluhan, kampanye, serta materi tentang risiko, dengan anggapan bahwa peningkatan pengetahuan akan langsung diikuti perubahan perilaku. Namun, implementasinya menunjukkan bahwa pendekatan semacam ini

belum benar-benar mampu menekan penggunaan vape di kalangan remaja. Di tingkat lapangan, banyak remaja sebenarnya sudah memahami bahwa vape dapat menimbulkan dampak negatif bagi tubuh. Walaupun demikian, praktik vaping tetap berlangsung. Situasi ini mencerminkan adanya jarak antara pengetahuan dan tindakan, di mana informasi mengenai bahaya belum cukup kuat untuk membuat remaja berhenti atau menghindari vape. Dengan kata lain, menambah pengetahuan saja tidak otomatis menghasilkan perubahan perilaku yang nyata dan bertahan lama. Temuan tersebut mengisyaratkan bahwa kebiasaan vaping tidak hanya dipengaruhi faktor kognitif, tetapi juga dipicu oleh lingkungan dan dinamika sosial, seperti tekanan teman sebaya, paparan media sosial, serta figur yang menormalisasi penggunaan vape. Kemampuan remaja yang masih terbatas dalam menolak ajakan dan tekanan pergaulan semakin memperkuat kebiasaan ini. Faktor-faktor tersebut belum sepenuhnya terjangkau oleh program pencegahan yang hanya berfokus pada pemberian informasi. Selain itu, penerapan pendekatan berbasis teori perilaku pada program pencegahan vape masih relatif sedikit, terutama yang memasukkan unsur pembelajaran sosial dan penguatan perilaku. Padahal, perubahan perilaku remaja memerlukan intervensi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan keyakinan diri (*self-efficacy*), menciptakan lingkungan yang mendukung pilihan sehat, serta menghadirkan teladan positif yang dapat diikuti.

Dalam kerangka tersebut, *Social Cognitive Theory (SCT)* menjadi pendekatan yang relevan. Teori ini menjelaskan bahwa perilaku terbentuk dari interaksi timbal balik antara faktor personal (pengetahuan, keyakinan, emosi), faktor lingkungan (keluarga, teman sebaya, media), dan perilaku itu sendiri yang semuanya saling memengaruhi. Melalui SCT, intervensi pencegahan tidak hanya menitikberatkan edukasi, tetapi juga memperkuat kemampuan remaja menghadapi tekanan sosial, menyediakan lingkungan pendukung, serta memodelkan perilaku sehat. Dengan demikian, keterbatasan pendekatan edukasi konvensional menjadi alasan penting perlunya penerapan SCT dalam pencegahan perilaku merokok elektrik pada remaja. Pendekatan ini diharapkan mampu menutup kesenjangan antara pengetahuan dan praktik, sehingga upaya pencegahan dan pengendalian vaping dapat berlangsung lebih efektif, komprehensif, dan berkelanjutan.

Walaupun kajian tentang perilaku merokok pada remaja sudah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada rokok tembakau atau program edukasi umum mengenai bahaya merokok. Penerapan *Social Cognitive Theory (SCT)* secara spesifik untuk menjelaskan penggunaan rokok elektrik (vape) di kalangan remaja masih tergolong terbatas. Banyak studi berbasis SCT lebih diarahkan pada pemahaman perilaku merokok dan program berhenti merokok pada populasi umum atau orang dewasa (Monika et al., 2021), padahal

fenomena *vaping* pada remaja memiliki konteks sosial yang berbeda, terutama karena kuatnya pengaruh teman sebaya dan eksposur media sosial.

Di sisi lain, berbagai intervensi yang dikembangkan masih memusatkan perhatian pada peningkatan pengetahuan melalui kampanye dan penyuluhan kesehatan, tetapi belum secara utuh menelaah bagaimana hubungan antara faktor personal (seperti keyakinan diri dan persepsi risiko), faktor lingkungan (keluarga, teman sebaya, media sosial), serta perilaku itu sendiri saling berinteraksi dalam membentuk kebiasaan *vaping* (Monika et al., 2021). Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya ruang penelitian yang masih perlu digali. Penerapan SCT pada isu vape di kalangan remaja diharapkan dapat menghadirkan pemahaman yang lebih mendalam tentang proses terbentuknya perilaku *vaping* sekaligus menjadi landasan bagi pengembangan intervensi pencegahan yang lebih tepat sasaran, relevan dengan konteks, dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur (*literature review*) atau tinjauan pustaka, dengan menelaah berbagai publikasi ilmiah nasional dan internasional yang relevan dengan penggunaan rokok elektrik (vape) pada remaja serta penerapan *Social Cognitive Theory* (SCT) dalam pencegahan perilaku merokok. Penelusuran artikel dilakukan melalui empat database digital, yaitu *Google Scholar*, Portal Garuda, *PubMed*, dan *ScienceDirect*, dengan kriteria inklusi berupa artikel yang terbit dalam lima tahun terakhir (2021–2025), tersedia dalam teks lengkap, dan memiliki keterkaitan langsung dengan topik penelitian. Pencarian menggunakan kata kunci dalam bahasa Indonesia seperti “rokok elektrik”, “remaja”, “teori sosial kognitif”, dan “pencegahan” serta padanannya dalam bahasa Inggris yaitu “*e-cigarettes*”, “*adolescent*”, “*social cognitive theory*” dan “*prevention*”. Artikel yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan relevansi, kelengkapan data, dan kualitas metodologi. Seluruh literatur yang memenuhi kriteria dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif melalui proses reduksi data, pengelompokan tema, dan penarikan kesimpulan untuk menggambarkan “Penerapan *Social Cognitive Theory* Dalam Upaya Pencegahan Perilaku Merokok Elektrik (Vape) Pada Remaja”, dengan ringkasan hasil seleksi literatur disajikan pada Tabel 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan 8 artikel yang digunakan dalam penelitian ini, diantaranya terdapat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Artikel Pilihan untuk Literatur Riview

No	Nama Peneliti	Judul	Publikasi dan Tahun	Metode	Hasil
1.	Rahmani Harry Putri, Weslei Daeli, Siti Kamillah	Hubungan Interaksi Sosial Teman Sebaya Dan Pengawasan Orang Tua Terhadap Perilaku Merokok Elektrik (Vape) Pada Remaja Kelas XII Di SMKN 1 Bojongpicung Tahun 2024.	Jurnal Intelek Insan Cendikia Vol. 2 No 3, Tahun 2025 Halaman 4959-4971	Kuantitatif (<i>cross-sectional</i>)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan interaksi sosial teman sebaya yang kuat memiliki kemungkinan lebih besar untuk menggunakan rokok elektrik (vape), yang terbukti melalui hubungan signifikan dengan nilai $p=0,000$ dan besaran risiko yang tinggi (OR 14,838). Pengawasan orang tua juga terbukti berhubungan signifikan dengan perilaku vape ($p=0,018$), di mana pengawasan yang kurang meningkatkan peluang remaja untuk mencoba atau menggunakan vape. Temuan ini memperlihatkan bahwa perilaku merokok elektrik pada remaja dipengaruhi secara kuat oleh faktor lingkungan sosial mereka, baik melalui pengaruh teman sebaya maupun pola pengawasan orang tua (Putri et al., 2025).
2.	Oktavianus Bulu, Weslei Indri Sarwili	Hubungan Lingkungan Sosial Dengan Perilaku Rokok Elektrik VAPE Pada Siswa SMK Sasmita Jaya Pamulang Tahun 2024	Jurnal Sains Student Research Vol.2 No 6, Tahun 2024 Halaman 65-74	Kuantitatif (<i>cross sectional</i>)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas 10 di SMK Sasmita Jaya Pamulang memiliki lingkungan sosial yang baik, dan sebagian besar tidak menggunakan rokok elektrik (vape). Namun, uji statistik Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara lingkungan sosial dengan perilaku merokok elektrik, ditandai dengan nilai p-value 0,003. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial berpengaruh terhadap kecenderungan remaja untuk menggunakan vape , sehingga siswa dengan lingkungan yang

					kurang mendukung lebih berisiko untuk terlibat dalam perilaku merokok elektrik (Oktavianus Ngedo Bulu et al., 2024).
3.	Julaecha, Ajeng Galuh Wuryandari	Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Merokok pada Remaja	Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, Vol. 10 No. 2, Tahun 2021 Halaman 313 - 317	Deskriptif Korelasional (<i>Cross Sectional</i>)	Ditemukan Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara faktor sosial (iklim/lingkungan sosial dan sikap) dengan perilaku merokok elektrik (vape) pada remaja, sedangkan pengetahuan saja tidak selalu berhubungan dengan perilaku merokok. Sebagian remaja tetap merokok meskipun telah memiliki pengetahuan yang baik tentang bahaya rokok dan vape. Hal ini menegaskan bahwa perilaku merokok remaja tidak semata-mata ditentukan oleh informasi, tetapi lebih dipengaruhi oleh keyakinan pribadi, sikap, serta pengaruh lingkungan sosial di sekitarnya. Dalam penelitian, 57,1% remaja memiliki pengetahuan baik, 59,1% bersikap positif, dan 63,2% tidak merokok; pengetahuan tidak berhubungan signifikan dengan perilaku ($p>0,005$), sedangkan sikap berhubungan signifikan ($p<0,005$) (Julaecha & Wuryandari, 2021)
4.	Arini Sri Wahyuni	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja	Jurnal of Health Research Science, Vol. 5 No. 1 Tahun 2025, Halaman 64-69	Deskriptif Korelasional (<i>Cross Sectional</i>)	Penelitian menemukan bahwa perilaku merokok pada remaja dipengaruhi secara signifikan oleh tiga faktor psikologis, yaitu self-control, self-esteem, dan self-efficacy. Ketiga faktor tersebut berpengaruh baik secara masing-masing maupun bersama-sama terhadap kebiasaan merokok ($p\text{-value } 0,000$). Remaja dengan kontrol

diri, kepercayaan diri, dan keyakinan diri yang rendah cenderung lebih berisiko merokok, sedangkan remaja yang memiliki ketiganya pada tingkat yang baik lebih mampu menolak dan menghindari perilaku merokok. Karena itu, upaya pencegahan perilaku merokok pada remaja perlu diarahkan untuk memperkuat ketiga aspek tersebut melalui pendampingan, motivasi, dan edukasi di lingkungan sekolah (Sri Wahyuni, 2025).

5.	Firda Amelia Nur Fuaidah, Avinka Nugrahani, Muthmainnah	Hubungan Efikasi Diri dengan Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo	Jurnal Flourishing, Vol. 1, No. 6, Tahun 2021, Halaman 489-496	Kuantitatif (Cross Sectional)	Penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan perilaku pencegahan merokok pada remaja . Remaja yang memiliki efikasi diri tinggi lebih mampu menolak rokok dan lebih sering melakukan tindakan pencegahan, dibandingkan dengan remaja yang memiliki efikasi diri rendah. Hasil uji Chi-Square menunjukkan p-value = 0,001 (< 0,05), yang berarti hubungan tersebut signifikan secara statistik. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan remaja terhadap kemampuannya menjaga diri, semakin baik pula upaya mereka mencegah kebiasaan merokok
6.	Sujono Riyadi, Sutipyo Ru'iya	Health Education of No Smoking Behavior in Adolescents with A Social Cognitive Theory (SCT) Approach	The Indonesian Journal Public Health, Vol. 20, No. 1, Tahun 2025, Halaman 147-162	Desain case-control dengan pendekatan kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa niat (intention) dan efikasi diri memiliki pengaruh langsung terhadap perilaku tidak merokok pada remaja . Sementara itu, pengetahuan, paparan media, dan sikap berpengaruh secara tidak langsung melalui peningkatan niat dan efikasi diri. Variabel yang memberi kontribusi terbesar dalam membentuk perilaku tidak

						merokok adalah niat untuk tidak merokok. Temuan ini menegaskan bahwa membangun niat dan keyakinan diri remaja sangat penting dalam program pencegahan merokok (Riyadi & Ru'iya, 2025).
7.	Razan Wibowo, Tobias Weinman, Dennis Nowak, Yayi Suryo Prabandari	Exploring E-Cigarette Use Among Indonesian Youth: Prevalence, Determinants and Policy Implications	Journal of Community Health, Vol. 50, Tahun 2025, Halaman 585-595	Kuantitatif (Cross Sectional)		Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan rokok elektrik pada remaja dan dewasa muda di Indonesia cukup tinggi dan banyak dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, serta paparan lingkungan seperti teman dan keluarga yang merokok. Banyak responden memiliki persepsi bahwa rokok elektrik lebih aman dan dapat membantu berhenti merokok, sehingga hal ini turut mendorong penggunaannya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa faktor sosial, lingkungan, dan persepsi yang keliru berperan penting dalam meningkatnya penggunaan rokok elektrik pada kalangan remaja (Riyadi & Ru'iya, 2025).
8.	Mouhamad Bigwanto, Melinda Péntzes, Nurul Kodriati, Emma Rachmawati, Nida Amalia, Róbe Urbán	E-cigarette use and susceptibility among Indonesian youth: the role of social environment, social media, and individual factors	Jurnal BMC Public Health, Vol. 25, Tahun 2025, Halaman 2-13	Survei Potong Lintang (Cross Sectional)		Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan rokok elektrik pada remaja Indonesia sangat dipengaruhi oleh faktor sosial dan karakter individu . Remaja laki-laki jauh lebih berisiko menjadi pengguna vape dibandingkan perempuan, dan memiliki lebih banyak teman yang menggunakan vape secara signifikan meningkatkan peluang seseorang untuk coba maupun menjadi pengguna aktif. Dukungan “keluarga horizontal” (saudara kandung) juga berperan, sementara pengaruh orang tua berbeda menurut jenis kelamin. Sifat

mencari sensasi terbukti menjadi prediktor penting, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui peningkatan jumlah teman yang menggunakan vape. Paparan iklan di Instagram dan TikTok terkait dengan penggunaan vape saat ini, meskipun tidak selalu meningkatkan niat mencoba pada non-pengguna (kecuali pada beberapa konteks, seperti perempuan di TikTok). **Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa perilaku vape remaja dibentuk oleh kombinasi pengaruh teman sebaya, dinamika keluarga, paparan media sosial, dan karakter kepribadian** sehingga upaya pencegahan perlu menargetkan lingkungan sosial dan regulasi pemasaran, bukan hanya edukasi individu (Bigwanto et al., 2025).

Berdasarkan tabel literatur di atas, terlihat bahwa perilaku penggunaan rokok elektrik (vape) pada remaja tidak muncul secara terpisah, melainkan terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor individu, pengaruh sosial, dan kebiasaan yang terus diperkuat dari waktu ke waktu. Sebagian besar penelitian dalam tabel tersebut menunjukkan bahwa komponen utama *Social Cognitive Theory (SCT)*, seperti *modeling*, *self-efficacy*, serta pengaruh lingkungan, memiliki hubungan yang bermakna dengan praktik vaping pada remaja. Sejumlah studi menegaskan bahwa lingkungan sosial memegang peran yang dominan. Penelitian (Putri et al., 2025) dan (Bulu et al., 2024) menemukan bahwa remaja yang hidup di lingkungan permisif dan banyak bergaul dengan teman pengguna vape memiliki risiko lebih besar untuk meniru perilaku tersebut. Kondisi ini menggambarkan proses *modeling*, yaitu pembelajaran perilaku melalui pengamatan, yang sejalan dengan konsep SCT bahwa kebiasaan baru sering terbentuk melalui proses belajar sosial, bukan hanya dari keputusan individu.

Setelah memperhatikan bagaimana faktor individu, sosial, dan pembelajaran melalui pengamatan berkontribusi terhadap perilaku vaping pada remaja, penting untuk melihat bagaimana fenomena tersebut tercermin dalam data populasi. Dilihat dari perspektif

epidemiologi, meningkatnya penggunaan rokok elektrik pada remaja berlangsung seiring dengan naiknya prevalensi konsumsi produk tembakau di tingkat nasional. Hasil survei (Utami et al., 2025) menunjukkan bahwa proporsi perokok aktif usia 13–17 tahun naik dari 13,6% pada 2015 menjadi 23% pada 2023. Pada periode yang sama, persentase remaja pengguna rokok elektrik mencapai 12,6% pada tahun 2023, mencerminkan bahwa vape kian dianggap wajar sebagai bagian dari gaya hidup remaja dan mulai digunakan pada usia yang lebih muda. Tren ini terjadi di tengah tingginya prevalensi merokok pada orang dewasa di Indonesia, yaitu 34,5% (sekitar 70,2 juta penduduk) dan bahkan meningkat hingga 79,3 juta pada 2022. Gambaran tersebut menunjukkan bahwa persoalan merokok termasuk penggunaan vape merupakan fenomena sosial yang luas, sehingga perilaku remaja tidak dapat dijelaskan hanya dari sisi pengetahuan individu, melainkan harus dipahami melalui pengaruh lingkungan sosial yang kuat sebagaimana dijelaskan dalam *Social Cognitive Theory*.

Berbagai temuan penelitian menunjukkan bahwa komponen personal memiliki kontribusi yang kuat dalam membentuk kebiasaan menggunakan rokok elektrik pada remaja. (Julaecha & Wuryandari, 2021) melaporkan bahwa mayoritas remaja sebenarnya telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai dampak merokok bagi kesehatan, namun pengetahuan tersebut tidak selalu tercermin dalam tindakan sehari-hari. Hasil studi mereka memperlihatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan praktik merokok, sementara sikap justru menunjukkan keterkaitan yang bermakna dengan perilaku merokok remaja. Dengan kata lain, meskipun remaja sadar bahwa rokok termasuk vape berisiko, mereka tetap melakukannya karena memandang merokok sebagai hal yang biasa, simbol kedewasaan, atau bagian dari gaya pergaulan. Kondisi ini menegaskan bahwa informasi saja tidak cukup untuk mendorong perubahan perilaku. Dalam perspektif *Social Cognitive Theory*, keyakinan individu, cara menilai risiko, serta sikap terhadap suatu perilaku memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan pengetahuan semata. Remaja yang percaya bahwa vape dapat memberikan rasa tenang, membantu diterima dalam kelompok, atau dianggap lebih aman dibandingkan rokok tembakau cenderung terus menggunakannya meskipun mengetahui konsekuensinya. Oleh karena itu, intervensi pencegahan sebaiknya tidak hanya menambah informasi, tetapi juga diarahkan untuk membentuk sikap, memperbaiki persepsi, dan mengubah cara remaja memaknai penggunaan vape.

Di samping aspek pengetahuan, dorongan dari dalam diri juga terbukti menjadi faktor kuat yang memicu remaja menggunakan rokok elektrik. Sejumlah penelitian menegaskan bahwa faktor personal berperan besar, terutama kebutuhan untuk diakui oleh kelompok sebaya serta keinginan mengikuti tren. Banyak remaja menafsirkan vape sebagai pilihan yang lebih aman,

terlihat modern, dan bahkan dianggap sebagai alternatif untuk mengurangi rokok tembakau. Temuan (Wibowo et al., 2025) menunjukkan bahwa salah persepsi mengenai tingkat bahaya vape, serta keyakinan bahwa risikonya lebih rendah dibandingkan rokok konvensional, menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya praktik vaping di kalangan remaja. Keyakinan tersebut membuat remaja merasa nyaman dan tidak menganggap penggunaan vape sebagai tindakan yang merugikan. Jika dilihat melalui lensa *Social Cognitive Theory*, fenomena ini berkaitan dengan konsep *outcome expectations*, yaitu harapan terhadap manfaat yang dipercaya akan diperoleh seperti rasa tenang, penerimaan sosial, dan citra diri yang lebih modern sehingga perilaku vaping terus dipertahankan walaupun mereka telah mengetahui adanya potensi dampak kesehatan.

Jika faktor personal menjelaskan alasan internal remaja menggunakan vape, maka faktor sosial khususnya teman sebaya menjelaskan bagaimana perilaku tersebut semakin menguat melalui proses belajar sosial. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya merupakan faktor yang paling dominan dalam membentuk perilaku vaping. melaporkan bahwa remaja yang memiliki teman pengguna vape memiliki risiko lebih (Putri et al., 2025) besar untuk ikut mencoba hingga menjadi pengguna aktif, dan temuan ini diperkuat oleh (Bigwanto et al., 2025) yang menunjukkan bahwa semakin banyak teman yang menggunakan vape, semakin besar kemungkinan remaja meniru perilaku tersebut. Dalam situasi seperti ini, penggunaan vape dipersepsikan sebagai sesuatu yang wajar dan menjadi simbol penerimaan dalam kelompok, sehingga sebagian remaja merasa takut dikucilkan bila menolak ajakan. Fenomena tersebut sejalan dengan konsep *observational learning dalam Social Cognitive Theory*, di mana remaja belajar dengan mengamati perilaku orang lain dan meniru perilaku yang memperoleh penerimaan sosial. Ketika penggunaan vape tidak mendapat sanksi dan bahkan mendapat penguatan dalam kelompok, perilaku tersebut semakin dianggap normal yang pada akhirnya mendorong remaja mengikuti kebiasaan yang berkembang di lingkungannya.

Lingkungan keluarga, media sosial, dan faktor psikologis terbukti memiliki peran besar dalam membentuk perilaku merokok elektrik pada remaja. Penelitian (Putri et al., 2025) menunjukkan bahwa keluarga menjadi salah satu sumber pengaruh utama. Remaja yang tinggal dalam keluarga dengan pengawasan orang tua yang rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk menggunakan vape, karena perilaku tersebut dianggap sebagai hal yang biasa dan tidak berbahaya. Hal ini diperkuat oleh temuan (Bigwanto et al., 2025) yang menyebutkan bahwa dukungan atau teladan dari anggota keluarga yang menggunakan rokok atau vape dapat meningkatkan peluang remaja untuk menirunya.

Selain faktor keluarga, media sosial juga memainkan peran penting dalam proses normalisasi perilaku vaping. Paparan iklan dan konten promosi vape di platform seperti Instagram dan TikTok membuat vape terlihat modern, menarik, dan relatif aman, sehingga mendorong remaja untuk mencoba (Bigwanto et al., 2025). Paparan tersebut membentuk persepsi bahwa penggunaan vape adalah sesuatu yang umum dilakukan, sehingga perilaku tersebut semakin diterima. Dalam perspektif *Social Cognitive Theory*, kondisi ini menunjukkan adanya proses *modeling* dan *reinforcement*, di mana perilaku yang sering dilihat dan mendapat penguatan sosial cenderung lebih mudah ditiru. Di sisi lain, faktor personal berupa *self-efficacy* juga berperan penting dalam menentukan apakah remaja mampu menolak ajakan untuk merokok elektrik. Remaja dengan tingkat kontrol diri dan kepercayaan diri yang rendah cenderung lebih mudah terpengaruh oleh pengaruh lingkungan (Sri Wahyuni, 2025). Sementara itu, penelitian (Riyadi & Ru'iyah, 2025) menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi berkaitan dengan kemampuan remaja untuk menolak ajakan merokok serta membentuk niat yang kuat untuk tidak menggunakan vape. Dengan demikian, meskipun lingkungan memberikan pengaruh yang kuat, remaja dengan *self-efficacy* tinggi tetap memiliki peluang lebih besar untuk mengambil keputusan yang sehat.

Jika dilihat secara keseluruhan, hasil kajian literatur ini menunjukkan bahwa perilaku merokok elektrik pada remaja dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku. Remaja membentuk keyakinan, sikap, dan persepsi dari pengalaman yang mereka lihat di keluarga, teman sebaya, maupun media sosial, kemudian menirunya hingga menjadi kebiasaan. Proses timbal balik ini menggambarkan konsep *reciprocal determinism* dalam *Social Cognitive Theory*, di mana personal, lingkungan, dan perilaku saling memengaruhi satu sama lain. Temuan tersebut memberikan implikasi penting bagi upaya pencegahan dan pengendalian perilaku merokok elektrik pada remaja. Intervensi tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan tentang bahaya vape, tetapi perlu memperkuat *self-efficacy* remaja agar mampu menolak ajakan teman, meningkatkan peran pengawasan keluarga, serta mengurangi paparan promosi vape di media sosial dan lingkungan sekitar. Pendekatan yang melibatkan sekolah, orang tua, dan teman sebaya sekaligus dinilai lebih efektif karena sesuai dengan prinsip SCT yang memandang perubahan perilaku sebagai hasil dari pengaruh berbagai faktor yang saling berkaitan.

Dengan demikian, penerapan *Social Cognitive Theory* memberikan kerangka yang komprehensif dalam memahami penyebab perilaku merokok elektrik pada remaja sekaligus dalam merancang program pencegahan yang lebih terarah dan berkelanjutan. Teori ini membantu

menjelaskan bahwa perilaku remaja bukan hanya akibat pilihan individu, tetapi hasil interaksi antara keyakinan, lingkungan, dan pengalaman belajar yang mereka dapatkan setiap hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang sudah dianalisis, dapat disimpulkan bahwa perilaku penggunaan rokok elektrik (vape) pada remaja terbentuk melalui interaksi antara faktor personal, lingkungan sosial, dan proses pembelajaran melalui pengamatan. Komponen utama *Social Cognitive Theory*, seperti *modeling*, *self-efficacy*, dan pengaruh lingkungan, memiliki hubungan yang bermakna dengan praktik vaping pada remaja. Lingkungan sosial, khususnya teman sebaya, keluarga, serta paparan media sosial, menjadi faktor dominan yang mendorong remaja meniru perilaku penggunaan vape, terutama ketika perilaku tersebut dianggap wajar dan tidak menimbulkan risiko serius. Di sisi lain, sikap permisif, persepsi keliru mengenai keamanan vape, serta rendahnya *self-efficacy* turut memperkuat kecenderungan remaja untuk menggunakan rokok elektrik.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa upaya pencegahan tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi perlu disertai strategi yang membentuk sikap, memperkuat kemampuan remaja menolak ajakan, dan menciptakan lingkungan sosial yang lebih mendukung perilaku sehat. Sekolah dapat berperan melalui program edukasi yang melatih keterampilan menolak dan pengawasan terhadap penggunaan vape. Orang tua perlu meningkatkan komunikasi dan memberikan teladan positif dalam keluarga. Pemerintah dan pihak terkait juga diharapkan memperketat regulasi iklan dan penjualan vape kepada remaja serta mengembangkan kampanye kesehatan berbasis bukti. Selain itu, penelitian lanjutan diperlukan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi berbasis *Social Cognitive Theory* dalam pencegahan perilaku merokok elektrik pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Bigwanto, M., Pénczes, M., Kodriati, N., Rachmawati, E., Amalia, N., & Urbán, R. (2025). E-cigarette use and susceptibility among Indonesian youth: the role of social environment, social media, and individual factors. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-24013-3>
- Bulu, O. N., Daeli, W., & Sarwili, I. (2024). HUBUNGAN LINGKUNGAN SOSIAL DENGAN PERILAKU ROKOK ELERITRIK VAPE PADA SISWA SMK SASMITA JAYA PAMULANG TAHUN 2024. *Jurnal Sains Student Research*, 2(6), 64–76. <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i6.2929>

- Julaecha, & Wuryandari, A. G. (2021). Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 313. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>
- Monika, R., Atmoko, W. B., & Yulandari, A. (2021). *Determinan Efikasi Diri Berhenti Merokok*.
- Munasari, D., Ihsan, S., Ode Indah Wulan Hartini Halir, W., Safira, E., Ariani Pertiwi Arifin, F., Muliyani, Y., & Nusria. (2025). SOSIALISASI DAMPAK BURUK PENGGUNAAN ROKOK PADA USIA REMAJA DI SMAN 2 KENDARI. *BESIRU Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(6), 600–606. <https://doi.org/10.62335>
- Oktavianus Ngedo Bulu, Weslei Daeli, & Indri Sarwili. (2024). HUBUNGAN LINGKUNGAN SOSIAL DENGAN PERILAKU ROKOK ELERITRIK VAPE PADA SISWA SMK SASMITA JAYA PAMULANG TAHUN 2024. *Jurnal Sains Student Research*, 2(6), 64–76. <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i6.2929>
- Putri, R. H., Daeli, W., & Kamillah, S. (2025). Hubungan Interaksi Sosial Teman Sebaya Dan Pengawasan Orang Tua Terhadap Perilaku Merokok Elektrik (Vape) Pada Remaja Kelas XII Di SMKN 1 Bojongpicung Tahun 2024. *Intelek Insan Cendekia*, 2. <https://jicnusantara.com/index.php/jiic>
- Riyadi, S., & Ru'iya, S. (2025). HEALTH EDUCATION OF NO SMOKING BEHAVIOR IN ADOLESCENTS WITH A SOCIAL COGNITIVE THEORY (SCT) APPROACH. *The Indonesian Journal of Public Health*, 20(1), 147–162. <https://doi.org/10.20473/ijph.v20i1.2025.147-162>
- Sri Wahyuni, A. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. *Journal of Health Research Science*, 5(1), 64–71. <https://doi.org/10.34305/jhrsv5i1.1593>
- Utami, G. T., Enjelina, E., Mariyam, F., Chaerunnisa, N. A., Putri, S. F., & Santi, M. A. A. (2025). *PENYULUHAN BAHAYA MEROKOK SEBAGAI UPAYA MODIFIKASI PERILAKU REMAJA PEROKOK DAN POTENSIAL MEROKOK*.
- Wibowo, R., Weinmann, T., Nowak, D., & Prabandari, Y. S. (2025). Exploring E-Cigarette Use Among Indonesian Youth: Prevalence, Determinants and Policy Implications. *Journal of Community Health*, 50(4), 585–595. <https://doi.org/10.1007/s10900-025-01442-0>
- Wirajaya, K., Farmani, P. I., & Laksmi, P. A. (2024). Determinan Penggunaan Rokok Elektrik (Vape) pada Kalangan Remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(2), 237–245. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss2.1798>
- Wisri, Nakham'ussolikah, Noviyanti, M., Lismawati, & Indri. (2025). FAKTOR DAN DAMPAK PENGGUNAAN VAPE PADA SISWA MENENGAH KE ATAS: STUDI KASUS DENGAN PENDEKATAN KOGNITIF PERILAKU DAN HUMANISTIK. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 16(5). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>