

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penggunaan rokok elektrik atau vape telah menjadi fenomena global yang menunjukkan peningkatan signifikan dalam satu dekade terakhir. Produk yang awalnya dipasarkan sebagai alternatif “lebih aman” dibandingkan rokok konvensional ini justru menimbulkan tantangan kesehatan baru, terutama karena meningkatnya prevalensi pengguna pada kelompok usia muda. Berdasarkan World Health Organization (WHO), penggunaan rokok elektrik secara global meningkat dari 0,3% pada tahun 2011 menjadi sekitar 3% pada tahun 2021, menandakan pertumbuhan yang luar biasa cepat dalam kurun waktu sepuluh tahun (WHO, 2021). Fenomena ini tidak hanya terjadi di negara maju, tetapi juga semakin mengkhawatirkan di negara berkembang, termasuk Indonesia.

Di Indonesia, tren peningkatan penggunaan vape menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 melaporkan peningkatan penggunaan rokok elektrik dari 0,06% pada tahun 2018 menjadi 0,13% pada tahun 2023 berdasarkan Riset Kesehatan dasar (Riskesdas). Meskipun secara persentase masih terlihat kecil, angka ini merepresentasikan jutaan populasi yang terpapar nikotin melalui jalur baru. Fakta yang lebih mengejutkan datang dari laporan Statista (2023) yang menyatakan bahwa Indonesia menjadi negara dengan jumlah pengguna vape terbanyak di dunia, dengan 25% masyarakat Indonesia mengonsumsi rokok elektrik atau vape. Secara kuantitatif, jumlah pengguna vape di Indonesia diperkirakan mencapai sekitar 6,6 juta orang pada usia 15 tahun ke atas berdasarkan data Global Adult Tobacco Survey (GATS) 2021. Data Badan Pusat Statistik (BPS) juga menunjukkan bahwa sekitar 1,22% penduduk usia di atas 15 tahun merupakan pengguna vape pada tahun 2025, yang mencerminkan jumlah absolut yang besar dalam populasi Indonesia.

Peningkatan ini diperkuat oleh Laporan Badan Narkotika (BNN) yang menyebutkan bahwa jumlah pengguna vape di Indonesia meningkat hingga 10 kali lipat dalam beberapa tahun terakhir. Peningkatan tersebut turut diiringi dengan kekhawatiran terhadap kandungan zat berbahaya dalam cairan vape, termasuk potensi penyalahgunaan zat tertentu yang dapat memperburuk dampak kesehatan

jangka panjang (BNN, 2023). Meskipun persentase pengguna vape masih lebih rendah dibandingkan rokok konvensional, tren yang terus meningkat dari tahun ke tahun menandakan adanya pergeseran pola konsumsi produk nikotin yang signifikan di masyarakat Indonesia.

Meskipun rokok konvensional masih memiliki prevalensi penggunaan yang lebih tinggi dibandingkan vape, peningkatan penggunaan vape menunjukkan pola yang berbeda. Vape berkembang sangat cepat terutama pada kelompok usia muda karena dipersepsikan lebih modern, memiliki berbagai pilihan rasa (*flavor*), lebih praktis digunakan, serta sering dianggap memiliki risiko kesehatan yang lebih rendah dibandingkan rokok konvensional. Persepsi tersebut menyebabkan semakin banyak individu yang memilih vape sebagai bentuk konsumsi nikotin. Secara biologis, baik rokok konvensional maupun vape memiliki mekanisme adiksi yang serupa karena sama-sama berfungsi sebagai *nicotine delivery system*, yaitu media penghantar nikotin ke dalam tubuh. Nikotin bekerja dengan merangsang sistem dopamin di otak sehingga menghasilkan sensasi menyenangkan (*reward*). Paparan nikotin yang berlangsung terus-menerus menyebabkan toleransi, ketergantungan, serta munculnya *withdrawal symptoms* ketika penggunaan dihentikan. Gejala tersebut kemudian memunculkan *craving*, yaitu dorongan kuat untuk kembali menggunakan produk nikotin. Dengan demikian, meskipun bentuk produknya berbeda, mekanisme psikologis yang mendasari ketergantungan pada rokok maupun vape relatif serupa.

Yang paling mengkhawatirkan dari fenomena ini adalah dominasi pengguna vape pada kelompok usia muda. Mengacu pada data Statista (2023), pengguna rokok elektrik atau vape paling banyak dikonsumsi oleh mereka yang berusia antara 18-29 tahun yang dalam literatur psikologi perkembangan dikenal sebagai fase *emerging adulthood*. Data Global Youth Tobacco Survey (GYTS) 2019 menunjukkan bahwa prevalensi penggunaan produk tembakau pada remaja usia 13-15 tahun meningkat dari 18,3% menjadi 19,2%, serta sekitar 10,6% remaja pernah menggunakan rokok elektronik. Lebih lanjut, data menunjukkan bahwa usia mulai merokok terbanyak berada pada rentang 15-19 tahun (56,5%), yang kemudian berlanjut hingga usia dewasa awal. Temuan ini mengindikasikan bahwa paparan terhadap produk nikotin sudah terjadi sejak usia remaja dan berpotensi berlanjut

hingga dewasa awal, sehingga meningkatkan risiko ketergantungan jangka panjang yang sulit diatasi.

Fenomena tingginya penggunaan vape pada kelompok usia muda tidak dapat dilepaskan dari berbagai faktor psikososial yang khas pada fase perkembangan *emerging adulthood*. Menurut Arnett (2000), fase *emerging adulthood* secara klasik didefinisikan pada rentang usia 18-25 tahun, yang ditandai dengan lima ciri utama: eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri sendiri, perasaan berada di antara dua fase (*in-between*), serta optimisme akan masa depan. Namun, perkembangan sosial dan ekonomi kontemporer, terutama di negara berkembang seperti Indonesia, menunjukkan bahwa masa transisi menuju kedewasaan penuh cenderung memanjang. Banyak individu di usia 26-29 tahun masih mengalami karakteristik khas *emerging adulthood* seperti ketidakstabilan karier, penundaan pernikahan, serta eksplorasi identitas yang berlanjut sehingga para ahli dan organisasi seperti Society for the Study of Emerging Adulthood (SSEA) memperluas cakupan *emerging adulthood* hingga usia 29 tahun (Arnett, 2014). Dengan demikian, rentang usia 18-29 tahun dalam penelitian ini secara teoretis sah dan relevan untuk menggambarkan populasi *emerging adults* di Indonesia.

Karakteristik fase *emerging adulthood* membuat individu pada rentang usia ini lebih rentan terhadap perilaku berisiko, termasuk eksperimentasi dengan zat adiktif seperti nikotin. Rasa ingin tahu yang tinggi, pengaruh teman sebaya yang kuat, serta persepsi bahwa vape lebih aman dibandingkan rokok konvensional menjadi pendorong utama penggunaan vape pada kelompok usia ini. Selain itu, daya tarik rasa (*flavor*) yang beragam dan kemudahan akses terhadap produk vape turut memperkuat perilaku konsumsi di kalangan *emerging adults*.

Meskipun sering dianggap sebagai alternatif yang lebih aman, vape tetap mengandung nikotin yang bersifat adiktif dan dapat menyebabkan ketergantungan. Penggunaan nikotin pada usia muda tidak hanya meningkatkan risiko kecanduan, tetapi juga dapat mengganggu perkembangan otak yang masih berlangsung hingga usia sekitar 25 tahun (Goriounova & Mansvelder, 2012). Nikotin pada usia muda dapat memengaruhi sistem dopaminergik dan merusak fungsi kognitif, termasuk perhatian, memori, dan kontrol impuls. Dengan demikian, upaya untuk memahami

dan mendorong perilaku berhenti vaping pada kelompok emerging adulthood (18-29 tahun) menjadi sangat krusial untuk mencegah dampak jangka panjang yang lebih luas, mengingat kelompok usia ini berada pada periode kritis pembentukan pola perilaku kesehatan yang akan terbawa hingga dewasa lanjut.

Berhenti menggunakan vape bukan merupakan perilaku yang terjadi secara spontan, melainkan merupakan *planned behavior*, yaitu perilaku yang didahului oleh proses pertimbangan dan pengambilan keputusan. Sebelum memutuskan berhenti menggunakan vape, individu akan mengevaluasi manfaat dan kerugian dari perilaku tersebut, mempertimbangkan harapan orang-orang penting di sekitarnya, serta menilai apakah dirinya mampu menghentikan penggunaan vape. *Theory of Planned Behavior* (TPB) yang dikembangkan oleh Ajzen (1991) merupakan salah satu teori yang paling banyak digunakan untuk menjelaskan pembentukan intensi terhadap perilaku yang direncanakan. TPB menjelaskan bahwa intensi dipengaruhi oleh tiga konstruk utama, yaitu *attitude*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control*. Oleh karena itu, penelitian ini tidak mengukur TPB sebagai satu konstruk tunggal, melainkan mengukur masing-masing konstruk secara terpisah untuk mengetahui kontribusi setiap faktor terhadap intensi berhenti menggunakan vape. Dalam konteks berhenti *vaping*, individu yang memiliki niat yang lebih kuat untuk berhenti. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa TPB dapat digunakan untuk menjelaskan perilaku penggunaan rokok elektronik pada remaja dan dewasa muda (Donaldson et al., 2021), meskipun penerapannya dalam konteks berhenti vaping masih relatif terbatas dibandingkan dengan konteks memulai atau menggunakan vape.

Meskipun TPB mampu menjelaskan proses pengambilan keputusan yang bersifat rasional, perilaku berhenti menggunakan vape merupakan bagian dari perilaku adiktif yang tidak hanya dipengaruhi oleh proses kognitif, tetapi juga oleh proses afektif dan fisiologis akibat ketergantungan nikotin. Dalam perilaku adiktif, seseorang dapat mengetahui bahwa berhenti menggunakan vape merupakan pilihan yang lebih baik, memperoleh dukungan dari lingkungan, serta merasa mampu berhenti. Namun pada saat yang sama, individu tetap dapat mengalami dorongan kuat untuk menggunakan vape akibat craving. Dengan kata lain, proses pengambilan keputusan yang rasional dapat berbenturan dengan dorongan adiktif

yang muncul secara otomatis. Oleh karena itu, penggunaan TPB saja dipandang belum cukup untuk menjelaskan intensi berhenti menggunakan vape secara komprehensif. Salah satu faktor penting yang perlu dipertimbangkan adalah *craving behavior*, yaitu dorongan kuat dan kompulsif untuk menggunakan zat adiktif yang seringkali muncul secara otomatis dan sulit dikendalikan (Sayette, 2016). Craving dapat muncul akibat paparan stimulasi internal (seperti stres, kecemasan, atau suasana hati negatif) maupun stimulus eksternal (seperti melihat orang lain menggunakan vape, berada di lingkungan pengguna, atau terpapar iklan produk tembakau). Penelitian menunjukkan bahwa *craving* bersifat dinamis dan kontekstual, di mana tingkat *craving* dapat meningkat secara signifikan pada situasi-situasi tertentu seperti setelah makan, saat bersama orang lain yang menggunakan vape, atau ketika terpapar stimulus terkait rokok (Carter & Tiffany, 1999; Ferguson & Shiffman, 2009). Craving seringkali menghambat upaya individu untuk berhenti meskipun memiliki niat yang kuat, karena dorongan fisiologis ini dapat mengalahkan pertimbangan rasional dalam proses pengambilan keputusan.

Lebih lanjut, penelitian juga menunjukkan bahwa paparan terhadap stimulus visual yang berkaitan dengan rokok dapat meningkatkan craving secara signifikan dibandingkan stimulus netral, yang pada akhirnya dapat memicu perilaku penggunaan (Field et al., 2009). Namun demikian, pengaruh *craving* terhadap perilaku tidak selalu stabil dan tidak dapat dijadikan satu-satunya prediktor dalam menjelaskan perilaku berhenti. Hal ini menunjukkan bahwa *craving* perlu dikaji bersama faktor kognitif dan sosial dalam suatu model yang lebih komprehensif, bukan sebagai variabel tunggal yang berdiri sendiri.

Meskipun TPB telah banyak digunakan untuk menjelaskan berbagai perilaku kesehatan, termasuk perilaku merokok konvensional, penerapannya dalam konteks penggunaan rokok elektronik (*vaping*) masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada perilaku merokok konvensional, sementara studi yang mengkaji intensi berhenti menggunakan *vape*, khususnya pada kelompok *emerging adulthood* (18-29 tahun), belum banyak dikembangkan. Selain itu, penelitian yang mengaplikasikan TPB pada konteks *vaping* umumnya lebih menekankan pada niat menggunakan vape dibandingkan niat untuk berhenti

sehingga terjadi research gap yang signifikan dalam literatur terkait faktor-faktor yang mendorong penghentian perilaku *vaping* (Giovenco, 2020).

Di sisi lain, dalam konteks perilaku adiktif, *craving behavior* telah diidentifikasi sebagai faktor penting yang memengaruhi perilaku penggunaan zat. Namun, temuan empiris mengenai peran *craving* dalam memprediksi perilaku berhenti menunjukkan hasil yang tidak konsisten. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *craving* berhubungan negatif dengan keberhasilan berhenti dalam kondisi tertentu (Berkman et al., 2011), sementara penelitian lain menunjukkan bahwa *craving* bukan merupakan prediktor yang kuat secara konsisten terhadap keberhasilan berhenti. Bahkan, beberapa studi menunjukkan bahwa *craving* tidak selalu berkorelasi dengan kekambuhan, sehingga perannya dalam proses perubahan perilaku masih belum sepenuhnya dipahami (Wray et al., 2013). Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan antara *craving* dan perilaku berhenti tidak bersifat linear dan dipengaruhi oleh berbagai faktor moderator yang kompleks.

Lebih lanjut, sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung memisahkan pendekatan kognitif dan afektif dalam menjelaskan perilaku adiktif. TPB menekankan pada proses rasional dalam pembentukan intensi, sementara *craving* merepresentasikan dorongan afektif yang bersifat impulsif dan kompulsif. Minimnya penelitian yang mengintegrasikan kedua pendekatan ini menyebabkan pemahaman terhadap intensi berhenti *vaping* menjadi kurang komprehensif. Padahal, perilaku berhenti dari zat adiktif pada dasarnya merupakan proses yang melibatkan interaksi antara sistem afektif (dorongan fisiologis untuk menggunakan). Meskipun individu dapat memiliki evaluasi yang positif terhadap perilaku berhenti menggunakan vape sebagaimana dijelaskan dalam Theory of Planned Behavior, pada saat yang sama mereka juga dapat mengalami *craving* yang kuat untuk kembali menggunakan vape. Interaksi antara proses pengambilan keputusan yang bersifat rasional dengan dorongan adiktif yang bersifat otomatis inilah yang dapat menimbulkan konflik psikologis sehingga niat berhenti tidak selalu diwujudkan menjadi perilaku berhenti yang nyata (Sayette, 2016).

Kebaruan penelitian ini terletak pada beberapa hal. Pertama, penelitian ini menguji model *extended Theory of Planned Behavior* pada populasi *emerging*

adults di Indonesia (18-29 tahun), yang secara demografis berbeda dengan populasi pada penelitian-penelitian sebelumnya yang umumnya dilakukan di negara maju. Kedua, penelitian ini memperluas Theory of Planned Behavior dengan menambahkan craving behavior sebagai variabel psikologis dalam model penelitian, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi intensi berhenti menggunakan vape pada perilaku adiktif. Ketiga, penelitian ini memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan intervensi berbasis psikologis yang lebih efektif untuk mendorong perilaku berhenti *vaping* pada kelompok usia muda di Indonesia, yang selama ini masih minim tersedia.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini mengusulkan penggunaan *Extended Theory of Planned Behavior* dengan memasukkan *craving behavior* sebagai variabel tambahan dalam model penelitian untuk menjelaskan intensi berhenti menggunakan vape. Penambahan variabel ini didasarkan pada karakteristik perilaku adiktif, yang pembentukan intensinya tidak hanya dipengaruhi oleh faktor-faktor kognitif sebagaimana dijelaskan dalam TPB, tetapi juga oleh dorongan psikologis yang muncul akibat ketergantungan terhadap nikotin. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi intensi berhenti menggunakan vape pada *emerging adults* (18–29 tahun). Selain memperluas penerapan *Theory of Planned Behavior* pada konteks perilaku adiktif, penelitian ini juga memberikan landasan empiris bagi pengembangan intervensi penghentian penggunaan vape yang mempertimbangkan baik faktor kognitif maupun faktor psikologis pengguna.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Terjadi peningkatan penggunaan vape yang signifikan di Indonesia, dengan Indonesia menempati peringkat pertama sebagai negara dengan pengguna vape terbanyak di dunia, khususnya pada kelompok usia *emerging adulthood* (18-29 tahun).

2. Kelompok usia *emerging adulthood* (18-29 tahun) merupakan pengguna *vape* terbesar, namun berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap pembentukan kebiasaan adiktif karena karakteristik eksplorasi identitas, pengaruh teman sebaya, dan persepsi risiko yang belum matang.
3. Intensi untuk berhenti menggunakan *vape* belum sepenuhnya dapat dijelaskan oleh faktor rasional saja, seperti yang dijelaskan dalam *Theory of Planned Behavior* (TPB), karena perilaku adiktif juga melibatkan dorongan afektif yang bersifat impulsif dan kompulsif.
4. Penelitian yang mengintegrasikan faktor kognitif (TPB) dan afektif (*craving*) dalam konteks berhenti *vaping* masih terbatas, khususnya pada populasi *emerging adulthood* di Indonesia, sehingga pemahaman tentang mekanisme psikologis yang mendasari niat berhenti *vaping* menjadi kurang komprehensif.

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menghindari perluasan permasalahan dan menjaga fokus penelitian, penelitian ini dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Subjek penelitian adalah individu pada kelompok usia *emerging adulthood* (18-29 tahun) yang aktif menggunakan *vape* dalam 6 bulan terakhir.
2. Perilaku yang diteliti adalah intensi untuk berhenti menggunakan *vape*, bukan perilaku berhenti secara aktual. Penelitian ini tidak mengukur apakah responden benar-benar berhasil berhenti atau tidak.
3. Variabel yang digunakan mengacu pada model *Theory of Planned Behavior*, meliputi: (a) *Attitude* (sikap terhadap perilaku berhenti); (b) *Subjective Norm* (norma subjektif); (c) *Perceived Behavioral Control* (persepsi kontrol perilaku); (d) *Craving Behavior* (dorongan kuat untuk menggunakan *vape*); serta (e) *Intention to Quit Vaping* (intensi berhenti *vaping*)

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan diatas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Apakah *attitude* berpengaruh terhadap intensi untuk berhenti menggunakan *vape* pada *emerging adults*?
2. Apakah *subjective norm* berpengaruh terhadap intensi untuk berhenti menggunakan *vape* pada *emerging adults*?
3. Apakah *perceived behavioral control* berpengaruh terhadap intensi untuk berhenti menggunakan *vape* pada *emerging adults*?
4. Apakah *craving behavior* berpengaruh terhadap intensi untuk berhenti menggunakan *vape* pada *emerging adults*?
5. Apakah model *Extended Theory of Planned Behavior* mampu menjelaskan intensi berhenti *vaping* secara lebih komprehensif?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *attitude*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti menggunakan *vape*, serta mengkaji peran *craving behavior* dalam memengaruhi intensi tersebut. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menguji model *Extended Theory of Planned Behavior* dalam menjelaskan intensi berhenti *vaping* pada *emerging adults* secara lebih komprehensif.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi kesehatan dan psikologi perilaku, dengan memperkaya penerapan *Theory of Planned Behavior* melalui integrasi faktor afektif berupa *craving behavior* dalam menjelaskan intensi berhenti *vaping*.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pengguna *Vape (Emerging Adults)*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi niat untuk berhenti menggunakan *vape*. Dengan memahami bahwa *craving* merupakan bagian dari proses adiktif yang dapat dikelola, individu diharapkan mampu mengembangkan strategi koping yang lebih efektif dalam mengelola dorongan

menggunakan *vape*, serta meningkatkan kesadaran diri untuk mengambil keputusan berhenti secara lebih terencana.

2. Bagi Psikolog, Konselor dan Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar empiris dalam merancang intervensi psikologis yang lebih komprehensif dan efektif untuk membantu individu berhenti *vaping*.

3. Bagi Pemerintah dan Pembuat Kebijakan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi empiris yang berbasis data mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi perilaku *vaping* pada kelompok usia produktif.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi institusi pendidikan tinggi dalam mengembangkan program kesehatan kampus yang responsif terhadap kebutuhan mahasiswa.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan titik tolak bagi penelitian lanjutan.

