

SOCIAL COGNITIVE THEORY: TINJAUAN LITERATUR ATAS KONSEP, PERKEMBANGAN, DAN RELEVANSINYA DALAM KAJIAN SOSIAL

Fera Agrestina Br Lubis¹, David T Simarmata², Helena Sihotang³

feraagrestinabrlubis@gmail.com¹, davidsimarmata40@gmail.com²

Universitas Katolik Santo Thomas Medan

ABSTRAK

Social Cognitive Theory (SCT) merupakan salah satu kerangka paling luas digunakan untuk menjelaskan pembelajaran, motivasi, dan perubahan perilaku. Meskipun aplikasinya berkembang dari pendidikan dan kesehatan ke organisasi, komunikasi, serta lingkungan digital, pemanfaatan empirisnya sering menyempit pada self-efficacy dan belum menguji struktur kausal teori secara utuh. Artikel ini bertujuan menyintesis konsep dasar, perkembangan historis, bidang aplikasi, kritik, dan agenda penelitian SCT dalam kajian sosial. Penelitian menggunakan critical integrative literature review terhadap 19 artikel terpilih yang mencakup tinjauan teoretis, sistematis, scoping, integratif, dan naratif. Data diekstraksi berdasarkan tujuan, metode, konstruk, temuan, kontribusi, keterbatasan, dan status publikasi, kemudian dianalisis melalui pengodean tematik, sintesis konsep, rekonstruksi kronologis, dan analisis kesenjangan. Hasil menunjukkan bahwa SCT berkembang dari teori belajar observasional menjadi perspektif agentic yang menghubungkan faktor personal, perilaku, dan lingkungan melalui reciprocal determinism. Self-efficacy dan observational learning merupakan konstruk paling dominan, sedangkan outcome expectations, reinforcement, behavioral capability, collective efficacy, dan reciprocal causation relatif kurang diuji. Penerapan kontemporer memperluas makna lingkungan ke algoritma, affordance platform, norma jaringan, institusi, serta relasi kuasa. Namun, literatur masih didominasi desain cross-sectional, self-report, follow-up singkat, dan penggunaan teori secara parsial. Artikel ini menyimpulkan bahwa SCT tetap relevan sebagai teori mekanisme mikro-meso, tetapi daya jelaskannya bergantung pada pengujian yang dinamis, multilevel, sensitif terhadap struktur, serta mampu memodelkan lingkungan digital sebagai sistem kausal aktif.

Kata Kunci: Social Cognitive Theory, Self-Efficacy, Reciprocal Determinism, Observational Learning; Kajian Sosial, Perilaku Digital, Perubahan Perilaku.

PENDAHULUAN

Teori mempunyai kedudukan sentral dalam ilmu sosial karena menyediakan bahasa konseptual untuk menghubungkan tindakan individu dengan pola sosial yang lebih luas. Tanpa teori, temuan empiris mudah terfragmentasi menjadi daftar korelasi yang tidak menjelaskan mengapa suatu perilaku muncul, bertahan, atau berubah. Teori juga memungkinkan peneliti merumuskan mekanisme, menentukan unit analisis, membedakan penyebab proksimal dari kondisi kontekstual, dan menguji batas generalisasi. Dalam penelitian perilaku, kebutuhan tersebut menjadi semakin penting karena tindakan manusia hampir tidak pernah merupakan hasil faktor individual atau struktural secara tunggal. Keyakinan, emosi, keterampilan, model sosial, dukungan, institusi, dan peluang material berinteraksi sepanjang waktu. Social Cognitive Theory (SCT) menawarkan salah satu upaya paling berpengaruh untuk menjelaskan interaksi tersebut.

SCT berkembang dari program penelitian Albert Bandura mengenai pembelajaran sosial dan modeling. Berbeda dari behaviorisme yang menempatkan reinforcement langsung sebagai mekanisme utama, penelitian Bandura menunjukkan bahwa manusia dapat mempelajari aturan dan pola tindakan melalui pengamatan terhadap orang lain serta konsekuensi yang dialami model. Pergeseran selanjutnya dari Social Learning Theory menuju Social Cognitive Theory memperluas fokus dari proses akuisisi perilaku menuju

fungsi manusia yang lebih menyeluruh. Proses kognitif, motivasi, regulasi diri, dan agency memperoleh status kausal, sedangkan lingkungan dipahami bukan hanya sebagai sumber stimulus, tetapi juga sebagai kondisi yang dipilih, ditafsirkan, dan diubah oleh aktor (Bandura, 1986, 1989, 2001; Abdullah, 2019). Dengan demikian, SCT menolak dua reduksionisme sekaligus: manusia bukan penerima pasif pengaruh lingkungan, tetapi juga bukan subjek otonom yang bebas dari batas sosial dan material.

Struktur penjelasan tersebut dirumuskan melalui triadic reciprocal determinism atau reciprocal causation. Faktor personal, perilaku, dan lingkungan saling memengaruhi, meskipun kekuatan dan urutan pengaruhnya dapat berbeda menurut situasi dan waktu. Di dalam struktur ini, self-efficacy menjelaskan keyakinan seseorang mengenai kemampuannya mengorganisasi dan melakukan tindakan; outcome expectations menjelaskan konsekuensi yang diantisipasi; observational learning menjelaskan pembelajaran melalui model; self-regulation menjelaskan pengelolaan tujuan, monitoring, dan evaluasi diri; behavioral capability merujuk pada pengetahuan serta keterampilan; dan reinforcement memengaruhi motivasi serta keberlanjutan perilaku. Kerangka tersebut membuat SCT cukup spesifik untuk diturunkan menjadi teknik intervensi, tetapi cukup luas untuk diterapkan lintas bidang.

Keluasan aplikasi SCT tampak pada korpus yang dianalisis dalam artikel ini. Teori digunakan untuk menjelaskan aktivitas fisik dan promosi kesehatan (Beauchamp et al., 2019; Islam et al., 2023), kampanye kesehatan melalui media sosial (Ghahramani et al., 2022), kesiapsiagaan gempa (Rezabeigi Davarani et al., 2023), keterampilan memasak (Gordillo & Prescott, 2023), kepatuhan pengobatan hipertensi (Triyanto & Ramawati, 2025), motivasi dan engagement pendidikan (Zheng, 2021; Schunk & DiBenedetto, 2020), computational thinking kolaboratif (Lai et al., 2023), pendidikan medis dan keperawatan (Kim, 2024; Wille et al., 2025), psikoterapi (Scott et al., 2024), ilmu informasi dan pembelajaran kerja (Jenkins et al., 2018), Green Human Resource Management (Mehmood et al., 2024), cyberbullying (Chan et al., 2021), wellness misinformation (Ye et al., 2024), serta entertainment-education dalam komunikasi pembangunan (Maulianza et al., 2026). Jangkauan ini menunjukkan bahwa SCT telah bergerak jauh melampaui psikologi belajar.

Namun, keluasan penggunaan tidak selalu diikuti integritas teoretis. Beauchamp et al. (2019) menunjukkan bahwa penelitian aktivitas fisik cenderung memusatkan perhatian pada self-efficacy, sementara jalur yang melibatkan outcome expectations, faktor sosiostruktural, tujuan, dan reciprocal causation kurang mendapat pengujian setara. Pola serupa terlihat dalam promosi kesehatan layanan primer: semua studi dalam review Islam et al. (2023) menggunakan self-efficacy, tetapi penggunaan konstruk lain tidak merata dan mekanisme mediasi jarang dibuktikan. Pada intervensi memasak, tidak satu pun studi mengoperasionalkan seluruh komponen SCT; outcome expectations bahkan menjadi salah satu konstruk yang paling jarang digunakan (Gordillo & Prescott, 2023). Temuan tersebut mengindikasikan paradoks penting: semakin populer SCT, semakin besar risiko teori direduksi menjadi satu variabel yang mudah diukur.

Masalah kedua berkaitan dengan arah kausal dan temporalitas. Jika perilaku, keyakinan, dan lingkungan saling memengaruhi, pengukuran satu waktu tidak memadai untuk menentukan apakah self-efficacy menghasilkan perilaku, perilaku berhasil meningkatkan self-efficacy, atau keduanya berlangsung dalam feedback loop. Banyak studi yang dikaji masih menggunakan survei cross-sectional, self-report, dan model regresi satu arah. Keterbatasan ini terlihat pada penelitian kesiapsiagaan, pendidikan, aktivitas fisik, kepatuhan, dan perilaku digital. Akibatnya, reciprocal determinism sering berfungsi sebagai pernyataan ontologis atau retorika, bukan proposisi empiris yang benar-benar diuji.

Masalah ketiga muncul dari perubahan lingkungan sosial. Dalam formulasi klasik,

lingkungan mencakup model sosial, keluarga, sekolah, organisasi, dukungan, kesempatan, dan hambatan. Pada era digital, lingkungan juga meliputi sistem rekomendasi, metrik engagement, moderasi, anonimitas, persistensi konten, desain antarmuka, serta insentif ekonomi platform. Kajian cyberbullying dan misinformation menunjukkan bahwa observational learning dan reinforcement tidak selalu menghasilkan perilaku prososial. Likes, shares, komentar, tagging, dan popularitas dapat memperkuat agresi, konformitas, atau penyebaran informasi salah (Chan et al., 2021; Ye et al., 2024). Dengan demikian, mekanisme SCT bersifat normatif-netral: efektivitasnya menjelaskan pembelajaran tidak identik dengan arah moral yang positif.

Masalah keempat adalah hubungan agency dan struktur. SCT menyediakan ruang bagi faktor sosiostruktural dan collective efficacy, tetapi penelitian terapan lebih sering mengukur keyakinan individual daripada kapasitas kelompok, distribusi sumber daya, relasi kuasa, atau institusi. Hagger dan Hamilton (2022) menunjukkan bahwa perilaku preventif tidak dapat dijelaskan hanya melalui niat dan kontrol personal ketika akses, kebijakan, dan kondisi sosial tidak merata. Kim (2024) menilai SCT berguna untuk menjelaskan role modeling dan self-efficacy dalam pendidikan medis, tetapi perspektif situated learning dan communities of practice diperlukan untuk menangkap praktik kolektif serta hierarki. Maulianza et al. (2026) juga menunjukkan bahwa SCT perlu dipadukan dengan teori difusi ketika perubahan perilaku bergantung pada norma yang mengakar, jaringan, dan infrastruktur komunikasi.

Berdasarkan persoalan tersebut, diperlukan tinjauan yang tidak sekadar merangkum hasil per bidang, melainkan menilai perkembangan konseptual, pola penggunaan konstruk, perluasan konteks, dan batas daya jelaskan teori. Artikel ini bertujuan: pertama, menyintesis tujuh konsep utama SCT; kedua, merekonstruksi perkembangan teori dari Social Learning Theory menuju perspektif agency dan lingkungan digital; ketiga, menilai relevansinya dalam pendidikan, media sosial, komunikasi, perilaku digital, kesehatan masyarakat, dan perubahan perilaku sosial; keempat, mengidentifikasi kritik serta kesenjangan teoretis, metodologis, empiris, dan kontekstual; dan kelima, merumuskan arah pembaruan SCT sebagai teori mekanisme mikro-meso yang bekerja dalam sistem sosial multilevel. Argumen utama artikel ini adalah bahwa SCT tetap produktif bagi kajian sosial, tetapi relevansinya bergantung pada pergeseran dari penggunaan self-efficacy secara terisolasi menuju pengujian agency yang resiprokal, terkontekstualisasi, dan berlangsung lintas waktu.

METODE

Artikel ini menggunakan pendekatan critical integrative literature review. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian bukan menghitung effect size atau mengklaim cakupan seluruh publikasi SCT, melainkan mengintegrasikan literatur dengan desain dan domain yang beragam untuk menghasilkan sintesis konseptual serta evaluasi kritis. Korpus terdiri atas 19 dokumen yang disediakan penulis dan mencakup theoretical review, systematic review, scoping review, integrative review, narrative review, conceptual analysis, accepted manuscript, manuskrip yang diajukan untuk publikasi, dan preprint. Karena korpus telah ditetapkan sebelum analisis dan tidak berasal dari pencarian baru yang terdokumentasi secara lengkap, kajian ini tidak diposisikan sebagai systematic review PRISMA.

Sumber literatur dalam korpus berasal dari jurnal dan platform akademik di bidang psikologi, pendidikan, kesehatan masyarakat, teknologi informasi, komunikasi, keperawatan, nutrisi, dan manajemen. Beberapa artikel primer yang direview oleh dokumen korpus ditelusuri melalui basis data seperti PubMed, CINAHL, PsycINFO, Scopus, Web of Science, dan basis data multidisipliner lainnya, tetapi artikel ini tidak melakukan pencarian de novo pada basis data tersebut. Untuk verifikasi relevansi dan pengodean, digunakan

istilah konseptual: “Social Cognitive Theory”, “Social Learning Theory”, “reciprocal determinism”, “self-efficacy”, “observational learning”, “outcome expectations”, “self-regulation”, “behavioral capability”, “reinforcement”, “human agency”, “collective efficacy”, “social media”, “education”, “health behavior”, dan “digital behavior”. Istilah tersebut berfungsi sebagai kata kunci penyaringan internal, bukan sebagai rekonstruksi fiktif atas strategi pencarian yang tidak tersedia.

Kriteria inklusi meliputi: artikel yang secara eksplisit menggunakan atau mengevaluasi SCT Bandura; artikel yang menggunakan teori kognisi sosial berdekatan tetapi memberikan kritik penting terhadap mekanisme SCT; artikel yang membahas perkembangan konsep, aplikasi, efektivitas intervensi, atau research gap; tersedia dalam teks penuh; serta memiliki relevansi langsung bagi kajian sosial. Artikel yang hanya menyebut SCT secara sepintas, tidak menjelaskan konstruk, atau tidak memberikan kontribusi substantif terhadap sintesis dikeluarkan. Duplikasi versi dokumen diperlakukan sebagai satu sumber.

Proses analisis dilakukan dalam lima tahap. Pertama, setiap dokumen diekstraksi berdasarkan identitas, tujuan, metode, konsep SCT, temuan utama, kontribusi, dan keterbatasan. Kedua, dilakukan pengodean tematik lintas artikel untuk mengidentifikasi domain aplikasi dan konstruk dominan. Ketiga, tujuh konsep inti disintesis dengan membandingkan definisi, status kausal, dan operasionalisasinya. Keempat, perkembangan teori direkonstruksi secara kronologis dengan membedakan evolusi pemikiran Bandura dari ekspansi aplikasinya. Kelima, dilakukan gap analysis dan quality-sensitive interpretation. Sumber peer-reviewed dengan metode transparan diberi bobot argumentatif lebih tinggi dibanding manuskrip atau preprint; dua preprint digunakan terutama sebagai indikator perkembangan tema, bukan sebagai bukti final. Analisis menghasilkan proposisi sintesis berupa contextualized reciprocal agency: tindakan sosial dipahami sebagai produk feedback loop antara personal agency, behavioral enactment, lingkungan relasional, dan lingkungan struktural-digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep-konsep SCT tidak bekerja sebagai daftar variabel yang berdiri sendiri dan harus dibaca sebagai satu arsitektur mekanisme perubahan. Behavioral capability memungkinkan tindakan, self-efficacy mengatur keyakinan bahwa tindakan dapat dilakukan, outcome expectations memberi nilai pada konsekuensi, dan self-regulation mempertahankan tindakan melalui tujuan serta monitoring. Observational learning dan reinforcement menghubungkan aktor dengan model serta konsekuensi sosial, sementara reciprocal determinism menjelaskan bahwa seluruh proses tersebut berlangsung dalam lingkungan yang berubah. Karena itu, penggunaan satu konstruk dapat menghasilkan prediksi parsial, tetapi tidak identik dengan pengujian SCT sebagai teori. Sintesis lintas artikel menunjukkan bahwa kontribusi teoretis terbesar muncul ketika peneliti memetakan urutan mekanisme, mengukur perubahan konstruk, dan menentukan bagaimana kondisi lingkungan memperkuat atau membatasi agency.

1. Reciprocal Determinism

Reciprocal determinism merupakan struktur kausal utama SCT. Konsep ini menyatakan bahwa faktor personal, perilaku, dan lingkungan saling memengaruhi secara bidireksional, meskipun kekuatan pengaruhnya tidak selalu sama. “Determinism” tidak berarti perilaku ditentukan secara kaku, tetapi bahwa tindakan mempunyai kondisi penyebab yang berinteraksi (Bandura, 1986; Abdullah, 2019). Formulasi ini menghindari reduksi perilaku menjadi efek stimulus sekaligus menolak gambaran agency yang bebas dari konteks.

Literatur kontemporer memperluas triad tersebut menjadi konfigurasi multiaktor dan sosioteknis. Chan et al. (2021) memetakan pelaku, korban, bystander, dan fitur platform; Kim (2024) serta Wille et al. (2025) menghubungkan mahasiswa, tindakan belajar, supervisor, dan psychological safety; Lai et al. (2023) memecah lingkungan menjadi peran, budaya, alat, tugas, dan scaffolding. Persamaan lintas kajian adalah penolakan terhadap kausalitas satu arah, tetapi operasionalisasinya masih lemah karena studi terapan sering hanya menguji pengaruh lingkungan terhadap individu. Konsep ini memerlukan data longitudinal, cross-lagged, multilevel, network, atau digital trace untuk menangkap feedback loop secara empiris.

2. Self-Efficacy

Self-efficacy adalah keyakinan spesifik-domain mengenai kemampuan mengorganisasi dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil. Ia berbeda dari self-esteem, optimisme umum, dan outcome expectations. Self-efficacy memengaruhi pilihan, usaha, persistensi, serta respons terhadap kegagalan, dan dibentuk melalui mastery experience, pengalaman vikarius, persuasi sosial, serta interpretasi keadaan afektif (Bandura, 1977, 1997).

Konstruk ini mendominasi hampir seluruh korpus. Ia digunakan untuk menjelaskan aktivitas fisik, kepatuhan, belajar, kompetensi klinis, penggunaan teknologi, perilaku hijau, dan kemampuan mengevaluasi informasi (Beauchamp et al., 2019; Islam et al., 2023; Jenkins et al., 2018; Ye et al., 2024). Namun, status kausalnya bervariasi: sebagai prediktor, mediator, maupun outcome mastery. Keberhasilan perilaku juga dapat meningkatkan efikasi, sehingga pengukuran satu waktu tidak cukup. Dalam kajian sosial, self-efficacy harus dibedakan dari kesempatan objektif; keyakinan tinggi tidak menggantikan akses, waktu, keamanan, atau sumber daya. Penelitian perlu menggunakan ukuran spesifik tugas, berulang, dan membedakan individual, proxy, serta collective efficacy.

3. Observational Learning

Observational learning adalah perolehan pengetahuan, aturan, keterampilan, dan kecenderungan bertindak melalui pengamatan model serta konsekuensinya. Proses ini mencakup perhatian, retensi, reproduksi, dan motivasi. Individu dapat belajar tanpa reinforcement langsung karena konsekuensi pada model memberikan informasi mengenai kemungkinan hasil tindakan (Bandura, 1977, 1986).

Konsep tersebut berkembang dari modeling tatap muka menuju model simbolik dan digital. Guru, mentor, sejawat, profesional klinis, karakter media, dan influencer dapat menjadi model. Kredibilitas, kompetensi, kedekatan, kemiripan, dan visibilitas memengaruhi perhatian serta reproduksi (Zheng, 2021; Kim, 2024; Maulianza et al., 2026). Literatur juga menunjukkan ambivalensi: modeling dapat mendukung kompetensi dan kesehatan, tetapi dapat menormalisasi cyberbullying atau misinformation (Chan et al., 2021; Ye et al., 2024). Di lingkungan digital, algoritma menentukan model mana yang muncul dan berulang. Karena itu, analisis observational learning perlu memasukkan parasocial relationship, creator economy, sistem rekomendasi, serta kompetisi perhatian.

4. Outcome Expectations

Outcome expectations adalah keyakinan mengenai konsekuensi fisik, sosial, dan self-evaluative dari tindakan. Konstruk ini berbeda dari self-efficacy: seseorang dapat percaya bahwa tindakan bermanfaat tetapi tidak yakin mampu melakukannya. Literatur membedakan ekspektasi instrumental dan afektif, jangka pendek dan panjang, serta pribadi dan sosial.

Beauchamp et al. (2019) menunjukkan bahwa ekspektasi afektif, seperti kesenangan, kadang lebih dekat dengan aktivitas fisik dibanding manfaat kesehatan instrumental. Dalam kesiapsiagaan dan adherence, expectations mencakup manfaat perlindungan, biaya

tindakan, efek samping, dan penerimaan sosial (Rezabeigi Davarani et al., 2023; Triyanto & Ramawati, 2025). Namun, konstruk ini jarang diukur dalam intervensi memasak (Gordillo & Prescott, 2023). Kajian sosial perlu memperhatikan konsekuensi yang bermakna bagi aktor—status, identitas, stigma, kenyamanan, dan penerimaan kelompok—bukan hanya outcome yang dianggap penting oleh ahli.

5. Self-Regulation

Self-regulation adalah proses mengarahkan tindakan melalui tujuan, perencanaan, self-monitoring, perbandingan dengan standar, feedback, evaluasi diri, dan self-reaction. Ia merupakan ekspresi agency yang bergantung pada dukungan serta hambatan lingkungan (Schunk & DiBenedetto, 2020).

Aplikasinya meluas ke belajar, aktivitas fisik, terapi, regulasi emosi, adherence, dan verifikasi informasi. Mental contrasting menghubungkan tujuan dengan hambatan; guided mastery menyediakan pengalaman terstruktur; mentoring dan psychological safety menopang refleksi; sedangkan regulasi informasi mencakup penundaan respons dan pemeriksaan sumber (Beauchamp et al., 2019; Scott et al., 2024; Wille et al., 2025; Ye et al., 2024). Di era digital, tuntutan regulasi diri berhadapan dengan notifikasi, infinite scroll, dan personalisasi. Karena itu, intervensi tidak cukup meminta disiplin individu, tetapi perlu menggabungkan self-regulation dengan environmental restructuring.

6. Behavioral Capability

Behavioral capability adalah pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk melakukan perilaku. Informasi merupakan syarat, tetapi tidak menjamin performa. Konsep ini terlihat dalam intervensi memasak, layanan primer, pendidikan klinis, computational thinking, dan medication literacy, ketika demonstrasi, simulasi, latihan, serta feedback membangun keterampilan prosedural (Islam et al., 2023; Gordillo & Prescott, 2023; Lai et al., 2023).

Kelemahan umum adalah asumsi bahwa edukasi otomatis meningkatkan capability. Banyak studi tidak menguji performa aktual. Dalam kajian sosial, kemampuan juga bergantung pada alat, bahasa, waktu, akses, dan kesempatan. Karena itu, pengukuran sebaiknya mencakup pengetahuan, demonstrasi keterampilan, dan kondisi nyata yang memungkinkan keterampilan digunakan.

7. Reinforcement

Reinforcement adalah konsekuensi yang meningkatkan atau menurunkan kemungkinan perilaku. Dalam SCT, reinforcement dapat langsung, vikarius, sosial, eksternal, atau self-administered; ia memengaruhi motivasi dan keberlanjutan, tetapi bukan satu-satunya syarat belajar.

Feedback dan dukungan sering berfungsi sebagai penguatan dalam intervensi kesehatan, tetapi jarang diukur sebagai mekanisme (Islam et al., 2023). Entertainment-education memperlihatkan konsekuensi naratif, sedangkan likes, shares, komentar, ranking, dan monetisasi menjadi reinforcement digital pada cyberbullying serta misinformation (Chan et al., 2021; Maulianza et al., 2026; Ye et al., 2024). Perkembangan ini mengharuskan analisis pada level institusi dan platform. Sistem insentif, target, reputasi, dan algoritma mengatur konsekuensi tindakan; reinforcement karena itu menjadi jembatan penting antara mekanisme psikologis dan struktur sosial.

KESIMPULAN

Artikel ini bertujuan menyintesis konsep, perkembangan, aplikasi, kritik, dan agenda penelitian Social Cognitive Theory berdasarkan 19 artikel terpilih. Hasil kajian menunjukkan bahwa SCT telah berkembang secara substantif dari teori pembelajaran observasional menjadi teori tentang agency dalam konteks sosial. Evolusi tersebut ditandai

oleh perluasan dari modeling dan vicarious consequences menuju self-efficacy, reciprocal determinism, self-regulation, human agency, dan collective efficacy. Dengan perkembangan itu, SCT tidak lagi terbatas pada pertanyaan bagaimana perilaku diperoleh, tetapi menjelaskan bagaimana individu dan kelompok memilih, mempertahankan, serta mengubah tindakan dan lingkungannya.

Tujuh konsep utama membentuk sistem yang saling berhubungan. Reciprocal determinism menyediakan struktur kausal; self-efficacy mengorganisasi keyakinan kemampuan; observational learning menjelaskan pembelajaran melalui model; outcome expectations memberi nilai pada konsekuensi; self-regulation mengarahkan tindakan sepanjang waktu; behavioral capability menyediakan pengetahuan dan keterampilan; serta reinforcement memengaruhi motivasi dan keberlanjutan. Literatur mendukung pentingnya konsep-konsep tersebut, tetapi distribusi perhatian sangat tidak seimbang. Self-efficacy dan observational learning dominan, sementara outcome expectations, reinforcement, capability, collective efficacy, dan reciprocal causation sering kurang dioperasikan.

Relevansi SCT dalam kajian sosial kontemporer tetap kuat. Dalam pendidikan, teori menjelaskan hubungan antara model, feedback, psychological safety, efikasi, dan engagement. Dalam kesehatan masyarakat, SCT membantu merancang intervensi multimodal yang menghubungkan capability, goals, dukungan, dan lingkungan. Dalam komunikasi, teori menjelaskan pengaruh narasi serta model simbolik. Dalam organisasi, SCT menjembatani keyakinan individual dengan budaya, kepemimpinan, dan insentif. Dalam perilaku digital, teori menawarkan penjelasan mengenai influencer, bystander, repetisi, social validation, dan reinforcement. Keluasan aplikasi tersebut menunjukkan nilai SCT sebagai kerangka mekanisme mikro-meso.

Meskipun demikian, relevansi tidak dapat dipertahankan melalui pengulangan definisi klasik. Lingkungan sosial kini mencakup sistem rekomendasi, algoritma, affordance platform, governance, monetisasi, dan jaringan. Pengguna dibentuk oleh lingkungan digital sekaligus membentuknya melalui data serta tindakan. Cyberbullying dan misinformation menunjukkan bahwa observational learning dan reinforcement bersifat normatif-netral. Oleh karena itu, intervensi tidak cukup meningkatkan literasi atau efikasi individu; struktur visibilitas, insentif, dan konsekuensi juga perlu diubah.

Keterbatasan terbesar literatur bukan hanya terletak pada SCT sebagai teori, tetapi pada cara teori digunakan. Penggunaan parsial, desain cross-sectional, self-report, follow-up singkat, dan minimnya pengujian mediator membuat banyak studi belum dapat membuktikan struktur kausal yang diklaim. Reciprocal determinism sering menjadi retorika, sementara model analitik tetap linear. Dominasi self-efficacy juga menyempitkan teori dan berisiko mengabaikan kesempatan objektif serta hambatan struktural. SCT tidak seharusnya digunakan sebagai teori total tentang masyarakat, khususnya ketika pertanyaan menyangkut pembentukan institusi, konflik kepentingan, dan ketimpangan makro.

Kontribusi utama artikel ini adalah menempatkan SCT sebagai teori contextualized reciprocal agency. Agency dipahami melalui empat lapisan yang berinteraksi: personal agency, behavioral enactment, social-relational environment, dan structural-digital environment. Model tersebut mempertahankan kekuatan SCT dalam menjelaskan mekanisme proksimal, sambil menuntut pengukuran konteks, level analisis, dan temporalitas yang lebih memadai. Perubahan berkelanjutan diprediksi paling mungkin ketika intervensi tidak hanya meningkatkan keyakinan, tetapi juga membangun keterampilan, menyediakan model, menghasilkan outcome yang bermakna, menata reinforcement, dan mengurangi hambatan struktural.

Implikasi teoretisnya adalah kebutuhan bergerak beyond self-efficacy menuju pengujian teori sebagai sistem resiprokal. Implikasi metodologisnya adalah penggunaan

desain longitudinal, multilevel, eksperimental, jaringan, dan data digital untuk menangkap feedback loop. Implikasi praktisnya adalah desain intervensi yang bekerja pada individu sekaligus lingkungan. Dengan pembaruan tersebut, SCT tetap memiliki posisi penting dalam ilmu sosial: bukan sebagai penjelasan tunggal atas seluruh perubahan masyarakat, melainkan sebagai kerangka kuat untuk memahami bagaimana keyakinan, keterampilan, model, tindakan, dan struktur berinteraksi menghasilkan atau menghambat perubahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M. (2019). Social Cognitive Theory: A Bandura thought review published in 1982–2012. *Psikodimensia*, 18(1), 85–100. <https://doi.org/10.24167/psidim.v18i1.1708>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44(9), 1175–1184.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.
- Bandura, A. (2000). Exercise of human agency through collective efficacy. *Current Directions in Psychological Science*, 9(3), 75–78.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26.
- Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education & Behavior*, 31(2), 143–164.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1963). *Social learning and personality development*. Holt, Rinehart and Winston.
- Beauchamp, M. R., Crawford, K. L., & Jackson, B. (2019). Social cognitive theory and physical activity: Mechanisms of behavior change, critique, and legacy. *Psychology of Sport and Exercise*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.009>
- Chan, T. K. H., Cheung, C. M. K., & Lee, Z. W. Y. (2021). Cyberbullying on social networking sites: A literature review and future research directions. *Information & Management*, 58, 103411.
- Ghahramani, A., de Courten, M., & Prokofieva, M. (2022). The potential of social media in health promotion beyond creating awareness: An integrative review. *BMC Public Health*, 22, 2402. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14885-0>
- Gordillo, P., & Prescott, M. P. (2023). Assessing the use of Social Cognitive Theory components in cooking and food skills interventions. *Nutrients*, 15, 1287. <https://doi.org/10.3390/nu15051287>
- Hagger, M. S., & Hamilton, K. (2022). Social cognition theories and behavior change in COVID-19: A conceptual review. *Behaviour Research and Therapy*, 154, 104095.
- Islam, K. F., Awal, A., Mazumder, H., Munni, U. R., Majumder, K., Afroz, K., Tabassum, M. N., & Hossain, M. M. (2023). Social cognitive theory-based health promotion in primary care practice: A scoping review. *Heliyon*, 9, e14889. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14889>
- Jenkins, L., Hall, H., & Raeside, R. (2018). Applications and applicability of Social Cognitive Theory in Information Science research [Manuscript submitted for publication].
- Kim, H. W. (2024). Social Cognitive Theory and medical education: How social interactions give rise to learning. *Korean Medical Education Review*, 26(Suppl. 1), S13–S21. <https://doi.org/10.17496/kmer.24.001>
- Lai, X., Ye, J., & Wong, G. K. W. (2023). Effectiveness of collaboration in developing computational thinking skills: A systematic review of social cognitive factors. *Journal of Computer Assisted Learning*, 39, 1418–1435. <https://doi.org/10.1111/jcal.12845>
- Maulianza, M., Sarwoprasodjo, S., & Gani, N. A. (2026). Utilizing Bandura's Social Cognitive Theory in entertainment-education communication design: A conceptual review.

- Multidisciplinary Research Studies in Social Sciences, 2(1).
- Mehmood, S., Hasan, Z., Ali, R., Nawaz, S., & Amjad, S. (2024). Social Cognitive Theory in Human Resource Management: Literature review, criticism and research agenda. *Bulletin of Business and Economics*, 13(2), 9–13. <https://doi.org/10.61506/01.00287>
- Rezabeigi Davarani, E., Nekoei-Moghadam, M., Khanjani, N., Iranpour, A., Chashmyazdan, M., & Farahmandnia, H. (2023). Factors related to earthquake preparedness of households based on social-cognitive theory constructs: A systematic review. *Frontiers in Public Health*, 11, 987418. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.987418>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and Social Cognitive Theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Scott, W. D., Cervone, D., & Ebiringah, O. U. (2024). The social-cognitive clinician: On the implications of social cognitive theory for psychotherapy and assessment. *International Journal of Psychology*, 59(5), 616–623. <https://doi.org/10.1002/ijop.13125>
- Triyanto, E., & Ramawati, D. (2025). The effectiveness of social cognitive therapy on hypertension treatment adherence: A systematic literature review [Preprint].
- Wille, E., Opheim, H. M. S., Princeton, D. M., Kisa, S., & Hjerpaasen, K. J. (2025). Building resilience and competence in bachelor nursing students: A narrative review based on Social Cognitive Theory. *Nursing Reports*, 15, 253. <https://doi.org/10.3390/nursrep15070253>
- Ye, H., Mohd Rashid, S., Ahmad, N., & Li, R. (2024). A systematic review of wellness misinformation via social media using the Social Cognitive Theory [Preprint]. *JMIR Preprints*.
- Zheng, J. (2021). A functional review of research on clarity, immediacy, and credibility of teachers and their impacts on motivation and engagement of students. *Frontiers in Psychology*, 12, 712419. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.712>