



PERAN *COLLECTIVE EFFICACY* PADA TIM ELIT CABANG OLAHRAGA BEREKU

Lucky Abrorry,¹ Jainuddin².

^{1 2} Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel

Luckyabrorry_fpk@uinsa.ac.id

Article History:

Received: 15/12/2025

Revised: 26/1/2026

Accepted: 24/2/2026

Keywords:

Collective Efficacy,

Self Efficacy,

Elit Athlete.

Abstract: *Beach volleyball is a team sport that has outstanding achievements for Indonesia in the eyes of the world, this study aims to explore collective resources commonly used by elite athletes, the informants in this study were coaches and athletes of the Indonesian men's beach volleyball national training preparations for Asia The 2023 China Games and the 2024 Paris pre-Olympics, consisting of a head coach and three athletes. Using qualitative methods by conducting in-depth observations and interviews. The results of this study conclude that the sources of collective efficacy in Indonesian beach volleyball national training athletes include individuals, teams, and the relationship between athletes and their environment; sources from individuals in the form of self talk, task efficacy, role efficacy, athlete mindset in perceiving the training process, matches, playing partners, and match results. Sources from the team are related to interactions between pairs of players, verbal and non-verbal communication patterns inside and outside the game, the role of the coach during the training process, during the match and after the match. The source of this relationship and environment is related to the presence of a person or group that is considered significant by the athlete, such as the support of his wife or children.*

PENDAUUAN

Para pelatih dan atlet mengetahui bahwa salah satu dari faktor yang membantu mereka dalam menunjukkan performa apik adalah faktor psikologis, lebih spesifik faktor tersebut merujuk pada *self efficacy*, Bandura, (1997) mendefinisikan sebagai keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk menunjukkan performa terbaik, mampu mengatasi tekanan, serta mampu menata dan melaksanakan program yang telah disusun untuk mencapai tingkat ataupun tujuan tertentu. Atlet dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung memilih tugas yang menuntut, menetapkan tujuan yang penuh tantangan, menginvestasikan usaha lebih dalam mengejar tujuan tersebut, dan mampu bertahan dalam menghadapi kegagalan dan rintangan. Dalam situasi di

mana seorang atlet memiliki tugas gerak dan motivasi yang diperlukan, *self efficacy* memainkan peran sentral dalam menentukan keberhasilan yang menjadi target (Hepler et al., 2021).

Cabang olahraga beregu sejatinya memiliki dinamika yang sangat berbeda dengan cabang olahraga individual. Badminton sebagai contoh, dimana cabor ini memiliki beragam nomor yang dipertandingkan. Pada nomor tunggal, fokus yang diberikan pelatih kepada atlet lebih kearah pada bagaimana keyakinan dari seorang pemain tunggal dengan kemampuan teknik serta fisik yang dimiliki mampu untuk menghadapi lawan yang dihadapi, hal ini berbeda dengan pemain ganda yang tidak saja mendorong para atlet untuk yakin dengan kemampuan yang dimiliki, namun disini kedua atlet dituntut untuk dapat saling memberikan keyakinan bahwa diri mereka mampu untuk dapat menampilkan permainan terbaik. Disisi lain atlet individual sangat rentan rentan mengalami kondisi cemas maupun depresi ketimbang atlet beregu (Pluhar et al., 2019), sedangkan atlet olahraga beregu terpaan stress diakibatkan dari persaingan sepanjang kompetisi, dinamika dalam tim ataupun permasalahan dengan pelatih (Nixdorf et al., 2016).

Disisi lain cabor voli pantai dinilai cukup mengharumkan nama Indonesia di kancah olahraga internasional, kiprahnya dimulai aawal tahun 1990 dengan keikutseraan pada kejuaraan voli pantai Asia, dan ditahun 1993 Indonesia berhasil mempesembahkan emas di Philippines, Sejak Asian Games 1998 Bangkok tim Indonesia selalu menembus empat besar, dan saat di Doha 2006 sampai melaju pada babak final, sementara di Olimpiade Atlanta 1996 telah lolos babak kualifikasi.

Pada Pra-Pon Papua penulis juga mendampingi Andy Ardiansyah dan para atletnya untuk persiapan laga di PON XX, sebagai pelatih Andy sering berbagi tentang kendala psikologis para atlet untuk meyakini kemampuan rekan dalam timnya, 2 bulan menjelang keberangkatan ke Papua Ashfiya salah satu pemainnya mengalami cedera ACL yang menjadikan pasangannya juga harus bersusah payah untuk memback up rekan yang cedera. Berbagai upaya dilakukan termasuk didalamnya bagaimana memiliki keyakinan atas kemampuan tim saat menghadapi lawan. Melalui usaha yang tak kenal lelah akhirnya Ashfiya dan Rendy mampu memberikan emas pada ajang itu dan emas pertama pula bagi Andy sebagai prestasi awal debutnya menjadi pelatih.

Kasus diatas dapat dijadikan sebuah contoh dari pentingnya keyakinan kolektif (*collective efficacy*) yang sangat penting dalam cabor beregu. Tim yang memiliki *collective efficacy* yang tinggi cenderung menunjukkan performa yang lebih baik dari pada tim dengan *collective efficacy* yang rendah, yang selanjutnya hal ini menjadi sumber dari berfungsinya *collective efficacy*. Artinya hubungan timbal balik yang muncul dari sebuah performa tim, merupakan hasil *collective efficacy* anggota kelompok yang saling mempengaruhi baik secara positif ataupun negative (Fransen et al., 2017).

Bola Voli adalah salah satu olahraga populer di dunia dan telah dipraktekkan oleh jutaan masyarakat. Dalam bola voli prestasi, pelatih menjadi faktor kunci dalam proses kepemimpinan tim, karena pelatih bertanggung jawab untuk meningkatkan kerja kolektif dan performa atlet selama pelatihan dan kompetisi (Santiago et al., 2016).

Keyakinan atlet bahwa dirinya mampu menunjukkan performance terbaik dalam tim merupakan bentuk dari kolektifitas yang mampu membantu kesuksesan tim, dan hal ini merupakan faktor yang signifikan dalam penelitian tentang dinamika kelompok (Jowett & Felton, 2014). Bandura menjelaskan bahwa konsep *collective efficacy* merupakan pengembangan dari teori self efficacy dalam kaitan untuk menjelaskan choice, effort, dan persistence dalam kelompok. Selanjutnya Bandura mendefinisikan *collective efficacy* sebagai keyakinan bersama dalam kelompok dalam keyakinan bersama untuk mengorganisir dan mengambil tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai level yang diberikan. *previous performance, vicarious experience, persuasi, psychological state* menjadi perilaku utama yang membantu meningkatkan *collective efficacy* (Bandura, 1986), lebih lanjut penelitian terkini menyebutkan bahwa ditemukan bahwa *collective efficacy* dipengaruhi oleh performance latihan, usaha dalam persiapan kompetisi, kepercayaan diri dalam kepemimpinan (Chase et al., 2003).

Pada olahraga prestasi (team), atlet seringkali dituntut untuk menunjukkan kolektifitasnya dalam superior team performance. Terdapat hubungan positif antara *collective efficacy* dan performance dalam beragam cabor beregu/team (Leo et al., 2013; Myers et al., 2004). Team dengan *collective efficacy* yang memadai tampak lebih tertarik pada tantangan cenderung memberikan usaha dan memiliki daya tahan dalam beragam situasi dan lebih mudah mendapatkan kesuksesan (Silver & Bufanio, 1996)

REVIEW LITERASI

Dalam olahraga beregu, atlet terbiasa bergantung satu sama lain untuk melakukan tindakan dalam pelatihan maupun kompetisi, karena kondisi saling ketergantungan ini merupakan menjadi bagian yang berharga untuk keberhasilan tim (Leo et al., 2013). Teori Kognitif Sosial menjelaskan fenomena ini berdasarkan konsep *Human Agency*, yang memiliki penjelasan bahwa pemikiran dan perilaku manusia adalah produk dari keterkaitan dinamis antara pengaruh pribadi, perilaku, dan lingkungan. Oleh karena itu, penilaian seberapa mampu anggota tim untuk melakukan tugas menentukan hasil yang diharapkan tim untuk dicapai dalam tindakan bersama. Sudut pandang ini telah menunjukkan minat pada perubahan kognitif individu yang dihasilkan dari identifikasi sosial. Ada bukti mengenai interaksi yang terjadi dalam suatu kelompok ketika anggota bersama menjadi bagian dari ego kolektif. Menurut beberapa

penelitian, sejauh mana individu mengidentifikasi dengan kelompok dapat mempengaruhi persepsi sosial mereka (Ashmore et al., 2004; Van Bavel & Cunningham, 2012).

Setelah pengenalan teori self-efficacy, Bandura, (1997) mengamati bahwa manusia tidak menjalani hidup mereka dalam isolasi sosial, dan seringkali perlu bekerja sama sebagai sebuah kelompok untuk mencapai tujuan dan sasaran mereka. Lebih lanjut, kelompok merupakan bagian integral dari aspek sosial, domestik, pekerjaan, dan rekreasi kehidupan manusia, dan sementara *self-efficacy* mungkin memainkan beberapa peran dalam keberhasilan kelompok, faktor-faktor yang mengakui interaksi kelompok cenderung memiliki pengaruh yang lebih besar. Oleh karena itu Bandura (1997) mengusulkan bahwa kelompok dan tim memiliki keyakinan efikasi kolektif mengenai kemampuan fungsional mereka untuk tugas-tugas tertentu. *Collective efficacy* dianggap memiliki anteseden yang sama dengan efikasi diri, dengan penambahan kepemimpinan, kohesi, dan ukuran kelompok (Gentner, 2006). Hubungan erat antara efikasi diri dan kolektif ini telah ditetapkan secara empiris, dengan penelitian yang menunjukkan bahwa keyakinan efikasi diri memprediksi efikasi kolektif (Forbes et al., 2011; Magyar et al., 2004).

Terdapat empat faktor yang dapat memengaruhi efikasi kolektif, yaitu bersatunya antara kompetensi dan pengetahuan, struktur tim, kepemimpinan dalam tim, dan hubungan antar anggota satu tim (Bandura, 1997). Menurut Goddard et al., (2000) terdapat empat sumber efikasi kolektif, yaitu pengalaman dalam penguasaan tindakan, pengalaman yang menjadi percontohan, pendekatan sosial, dan keadaan emosi. Pengalaman dalam penguasaan tindakan merupakan salah satu hal yang penting karena kita akan mengetahui apa yang harus dilakukan ketika berhasil maupun gagal. Selain pengalaman langsung, efikasi kolektif juga didapatkan dari cerita atau contoh pengalaman orang lain. Pendekatan sosial juga menjadi salah satu sumber penguat, spesifiknya adalah persuasi yang dapat mendorong anggota tim untuk memberikan usaha maksimal yang berfokus pada tercapainya tujuan bersama. Keadaan emosi yang baik pada tim juga menjadi sumber efikasi kolektif, seperti anggota tim mampu menghadapi tekanan dan dapat beradaptasi.

Beberapa sumber *collective efficacy* dianggap mirip dengan sumber self efficacy dijelaskan sebelumnya (misalnya, prestasi kinerja, pengalaman perwakilan, persuasi verbal), dengan beberapa sumber unik yang terkait dengan menjadi bagian dari tim. Proses di mana atlet menggabungkan dan menimbang berbagai sumber informasi tentang kemampuan tim mungkin melibatkan interaksi yang lebih kompleks secara sosial dan situasional daripada sumber self-efficacy (Bandura, 1997). Sumber *collective efficacy* yang paling umum dijelaskan di bawah ini dalam kategori sumber individu dan tim. Pemilihan dan penekanan sumber individu dan tim ini dapat berubah selama satu musim, bahkan jika tingkat kolektif efficacy tetap relatif konsisten

(Chase et al., 2003; Magyar et al., 2004).

Sumber individu adalah variabel yang dirasakan atlet lebih ditentukan sendiri daripada ditentukan tim. Persepsi pentingnya tugas, kesulitan tugas, konsepsi kemampuan, keyakinan akan tugas, keyakinan akan peran, persuasi verbal (misalnya, *self-talk*), dan kontrol yang dirasakan adalah contoh sumber individu dari *collective efficacy* yang dicatat dalam literature (Feltz et al., 2008). Atlet akan menilai sumber dalam menentukan kemampuan tim untuk berhasil menyelesaikan tugas.

Sumber individu adalah variabel yang dirasakan atlet lebih ditentukan sendiri daripada ditentukan tim. Persepsi pentingnya tugas, kesulitan tugas, konsepsi kemampuan, keyakinan akan tugas, keyakinan akan peran, persuasi verbal (misalnya, *self-talk*), dan kontrol yang dirasakan adalah contoh sumber individu dari *collective efficacy* yang dicatat dalam literatur (Feltz et al., 2008). Atlet akan menilai sumber dalam menentukan kemampuan tim untuk berhasil menyelesaikan tugas. Misalnya, permainan yang tidak dianggap penting dalam pramusim atau jadwal non konferensi mungkin tidak menghasilkan jumlah insentif yang sama bagi atlet seperti permainan yang dianggap sangat penting, seperti pertandingan kejuaraan konferensi. Ketika atlet memahami kemampuan sebagai entitas tetap, melihat tugas sebagai terlalu sulit atau di luar kendali mereka, maka mereka mungkin memiliki rasa *collective efficacy* yang lebih lemah. Persuasi verbal dalam bentuk *self-talk* memiliki prinsip yang sama untuk keyakinan efikasi kolektif sebagai efikasi diri. Kemanjuran tugas dan kemanjuran peran telah disarankan untuk menjadi prediktor *collective efficacy*, terutama di akhir musim kompetisi ketika atlet memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan tentang tim.

Sumber tim melibatkan variabel yang lebih berkaitan dengan lingkungan tim atau faktor yang ditentukan tim. Kinerja tim di masa lalu akan menjadi prediktor terbaik dari keberhasilan kolektif, dengan kinerja latihan terkadang lebih menonjol daripada kinerja permainan (Chase et al., 2003).

METODE

Lokus dari penelitian ini adalah atlet nasional bola volley pantai yang tergabung dalam pelatnas Asian Games 2023 dan Pra Olimpiade 2024, setelah sebelumnya para atlet cabang olahraga volley pantai ini menjuarai ajang multi event Seagames 2022 di Vietnam. Kemenpora membagi Kategori pelatihan atlet nasional menjadi empat lapis yaitu atlet elit tingkat internasional, atlet elit regional, atlet elit nasional, dan elit junior (Okezone, 2017). Informan dalam penelitian ini menggunakan atlet elit level 1 yakni atlet nasional yang berlaga di pertandingan Internasional.

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah;

Observasi dilakukan selama masa latihan, bertanding, serta masa-masa dimana atlet, pelatih, dan manajemen cabor melakukan interaksi selama pemusatan latihan dalam hal ini peneliti berencana untuk terlibat langsung selama 2 bulan. Interview digunakan untuk mendapatkan data empiris terkait dengan bagaimana perspektif atlet, pelatih, dan manajemen pada *collective efficacy*, mengetahui sumber-sumber yang mempengaruhi serta bagaimana cara membangun *collective efficacy* pada anggota tim cabor. Dokumentasi digunakan untuk menghimpun berbagai informasi dan data yang diambil dari dokumen, berupa surat-surat keputusan, hasil rapat dan dokumen lain yang berhubungan dengan *collective efficacy*.

HASIL

Gambaran Sumber *efficacy collective* Andy Ardianysah (pelatih timnas voli pantai Indonesia)

Menurut penuturan Andy, timnas senior diisi oleh rata-rata pemain yang cukup memiliki jam terbang tinggi, paling tidak jika mereka dipasangkan maka tidak butuh waktu lama membuat mereka padu dan saling mempercayai kemampuan pasangannya. Hal ini disebabkan karena mereka terkadang sering bertemu dalam pertandingan-pertandingan seperti Sirnas yang tidak membolehkan diisi oleh pemain pelatnas dalam satu tim, ataupun saat mereka membela event-event antar daerah yang pada akhirnya mereka mengetahui kekuatan dan kelemahan antar pemain. Jika menilik kondisi saat ini untuk event paling dekat Seagames Kamboja 2023, maka secara tim mereka cukup memiliki keyakinan bersama atas kemampuannya hanya saja saat tinggal meningkatkan performa mereka saja baik fisik ataupun teknik.

Voley pantai yang merupakan cabang olahraga dengan dua orang dalam satu tim memiliki kesamaan dengan cabang olahraga seperti bulutangkis ganda, tenis meja dan lapangan ganda, menjadi menarik saat menggabungkan senior dan junior dalam satu tim. Dalam hal ini Andy menekankan pada pemain senior yang di set sebagai kapten tim untuk tidak membuat rekan junior tertekan, sehingga kemampuannya malah tidak keluar, atau dengan mendorong senior untuk menutupi kelemahan junior sembari memberikan semangat melalui verbal ataupun kode gesture yang mendukung junior tampil lebih baik, disisi lain Andy juga menganjurkan untuk merubah mindset pada senior bahwa dirinya bermain dengan rekan yang selevel bahkan seumuran, pengalaman Andy saat berpasangan dengan pemain-pemain junior bahkan mengharuskannya mengalah dan memberikan feedback dengan tidak membuat junior down seperti “udah nggak usah dipikir ayo fokus kedepan lagi”, ataupun dengan mendukung pasangan dengan kesenangannya saat bertanding “*Ayo nyanyio gendengo wes gendengo*”. Andy juga melakukan penguatan pada pemainnya saat menghadapi lawan yang mereka pernah kalah

dengan melakukan penerapan strategi baru setelah melakukan review video bersama.

Gambaran Sumber *efficacy collective* Danang Yudistira Pribadi (atlet timnas Voli Pantai Indonesia)

Berpasangan dengan Gilang membutuhkan waktu yang cukup lama untuk bisa berpadu, awalnya Danang merupakan pemain timnas yang dipanggil terakhir yang sebelumnya sudah ada beberapa pemain senior didalamnya. Danang mampu memiliki keyakinan atas kemampuan timnya melalui usaha untuk terus menjalin komunikasi dengan Gilang sebagai patner di pelatnas, komunikasi ini tidak saja dilakukan dalam lapangan namun juga diluar lapangan. Setelah latihan di kamar Danang mengupayakan komunikasi untuk mengetahui kesenangan dan ketidaksukaan patnernya saat bertanding ataupun membincang latihan yang usai mereka jalani. Sementara saat bertanding dimana Danang merasa down dengan kamampuannya Gilang sebagai partner memberikan teriakan yang tidak biasa (lumayan keras) untuk mengingatkan saya tetap semangat dan fokus, selain teriakan Danang merasakan tos yang lebih keras “kadang-kadang diginiin tangan saya kan kalau tos biasayan pelan, karena semangat kenceng biar saya sadar kembali fokus dan tetap semangat.

Pengalaman Danang saat dipasangkan dengan atlet junior biasanya saat mengikuti kejujurda ataupun sirnas, menurutnya berpasangan dengan junior adalah kesempatan membimbing, lebih lanjut untuk memberikan keyakinan junior bahwa dia mampu berkontribusi lebih dalam tim maka senior lebih banyak mengalah dan mengarahkan, baginya senior tidak boleh berlaku kasar pada junior, saat junior melakukan kesalahan maka senior harus menyemangati bukan malah memarahi, “kan kalau kita marah-marahin ya tambah *blank* anaknya, lebih baik dikasi solusi sama diarahin sih”. Strategi bagi Danang juga merupakan salah satu kunci dalam meningkatkan *collective efficacy* dalam tim. Saat kita tahu strategi untuk menghadapi lawan keyakinan akan kemampuan tim menjadi lebih baik. Biasanya pelatih memberikan briefing malam harinya, dan sebelum bertanding esok hari Danang dan pasangan mengaplikasikan di lapangan saat pemanasan dilakukan. Lebih lanjut tidak selalu Danang harus menjadi senior, saat dia dipasangkan beberapa saat dengan Ade Chandra, Danang merasa mendapatkan lebih banyak ilmu yang menjadikannya saat berpasangan dengan junior lebih mudah baginya untuk mengarahkan patnernya di lapangan. Pengalaman lainnya yang menjadikan Danag sebagai junior dirasakan saat mengikuti world tour di Netherland dan Qatar, saat pasangan regular nya mengalami cedera maka di dipadukan dengan pelatih putra yakni mas Koko pada kesempatan itu Danang menceritakan bahwa Mas Koko lebih banyak membimbing dalam permainan sekaligus menjalankan strategi yang diberikan. Bagi Danang pengalaman itu membuatnya menjadikan mas Koko pelatih timnas sebagai role model saat dia harus

berpasangan dengan junior.

Dalam pertandingan voli pantai, pelatih tidak berposisi di samping atau dibelakang lapangan, terakhir pelatih bersentuhan dengan atlet saat mereka masuk lapangan pertandingan, sehingga feedback ataupun arahan pelatih akan sangat sulit didapatkan saat pertandingan berlangsung, dan pelatih berada disekitar tribun penonton yang terkadang sangat ramai sekali. Namun demikian ada kebiasaan yang dilakukan pemain voli pantai saat strategi yang diberikan pelatih mengalami jalan buntu, maka dengan segera mereka menengok kearah pelatih berharap petunjuk lanjutan yang biasanya diberikan dalam bentuk teriakan ataupun kode saat penonton juga riuh "Kayak misalnya di awal itu kita dikasih kode 2 tapi kita mainnya kode 1. Nah dia ngodein tangannya 2". Dalam event event besar seperti Seagames dan Asiangames menengok pelatih pun tetap mereka lakukan meski mereka tergolong senior.

Gambaran Sumber *efficacy collective* Gilang Ramadhan (atlet timnas Voli Pantai Indonesia)

Bagi Gilang Ramadhan sumber dari *collective efficacy* didapat dari proses latihan yang cukup berat dan panjang, Gilang mengenang bagaimana dia mempersembahkan perunggu Asian Games Palembang 2018, waktu itu proses latihan yang dilakukan menurutnya sudah diluar nalar baik fisik, skill, psikis maupun teknik, begitu juga komunikasi menurutnya sumber *collective efficacy* yang tidak kalah penting, proses ini dilalui tidak saja dengan bertukar informasi ataupun ide, namun Gilang juga merasakan adanya adu argument yang cukup menguras psikis, meski pada gilirannya Gilang yang dipasangkan dengan Danang mampu meredam ego masing-masing dan menjadikannya jauh lebih kompetitif saat itu. Gilang juga merasa terbantu saat ada psikolog yang menjembatani konflik yang mereka alami. Proses persiapan menjelang 2 minggu even Asiangames Palembang 2018 kala itu membuatnya merasa tidak memiliki rasa takut kalah, "pokoknya yang ada dipikiran itu ya menang".

Selain itu Gilang memiliki kebiasaan melakukan ritual sebelum pertandingan yakni dengan cara pemanasan bersama-sama melakukan *selftalk* kalau kita mampu hadapi lawan di pertandingan ini yang terpenting membuat suasana happy saat akan memasuki lapangan pertandingan. Saat tertinggal poin dan gilang kehilangan fokus maka Danang sebagai pasangannya terbiasa untuk memberikan support dengan kata-kata seperti 'ayo susun poin, sekarang giliran kamu untuk memindahkan bola', dan menurut Gilang hal ini cukup banyak membantu untuk dapat mengembalikan keyakinan aka kekuatan timnya untuk dapat comeback kembali.

Komunikasi di lapangan sangat membantu juga dalam meningkatkan *collective efficacy*, saat Gilang merasa kelelahan maka dengan segera dia akan sampaikan kepada Danang "saya mau ambil pernapasan dulu nang ya" dengan begitu dia sudah paham, begitupun sebaliknya saat

Danang yang terlihat lelah. *Collective efficacy* juga dapat tumbuh saat pasangan pemain tampak seperti yang diharapkan, pengalaman Gilang menjelang PON Papua, dia lebih memilih Ilham dikarenakan skill yang dimiliki Ilham sudah mencukupi untuk berpasangan dengannya meski pada waktu diberangkatkan ke Papua Gilang kembali dirolling dengan Afta yang lebih mudah 8 tahun, namun persuasi dari pelatih akhirnya menguatkan tekadnya untuk mau berpasangan dengan Afta saat gelaran PON Papua waktu itu. Disini tampak bagaimana peran pelatih untuk mempersuasi dan mengeksplorasi kemampuan Gilang dan Afta yang menjadikan mereka merasa mampu dan tertantang saat berlaga di Pon Papua dan di titik ini Gilang merasa bahwa pelatih sesungguhnya lebih tahu komposisi terbaik yang harus diturunkan.

Teknik yang digunakan pelatih untuk membangkitkan keyakinan akan kemampuan pemain disampaikan gilang seperti “kamu berani tidak pasangan sama mas Gilang medali emas?” disini tampak Afta terdiam, sampai berikutnya ditanya kembali “berani tidak?” dan dijawab “ya mas saya berani”. selanjutnya kan cara pelatih mengolah anak ini menjadi juara kan bergantung proses latihannya. Dari proses latihan ini akan lebih cepat tumbuhnya keyakinan akan kemampuan kita. Gilang merasa bahwa program latihan terstruktur yang menggabungkan antara pasir dan indoor dengan intensitas yang tidak biasa, terlihat kita memang disiapkan untuk menjadi seorang juara dan untuk berprestasi, dalam proses latihan Gilang juga memberi tips-tips bagaimana mencuri poin lawan dan apa yang harus dilakukan ketika musuh mullah menekan. Pelatih juga menyarankan Gilang untuk lebih dekat dengan Afta diluar lapangan sekalipun untuk diajak ngobrol dan mencairkan suasana untuk lebih relaks menikmati proses ini. Sese kali Gilang juga melakukan backup dengan kata-kata seperti “kamu punya kemampuan, di usia kamu itu sudah diatas rata-rata, jadi kalau kamu tertetkan, apa yang harus ditekan?” ‘musuh’ ‘musuh itu pun melihat kamu kalau kamu sudah poin, itu juga bakalan takut’ atau saat bertanding ‘mas kalau kamu mau teriak, teriak aja tidak apa-apa’.

Faktor individu dipaparkan oleh Gilang saat harus melakukan penurunan berat badan menjelang lagi krusial, Gilang membutuhkan waktu tidak lebih dari 2 minggu untuk mengurangi lemak tubuh dan menurunkan berat badan, saat atlet pernah berada top performanya dia tahu apa yang harus dilakukan untuk menjaga berat badan ideal dalam pertandingan, itu juga yang menurutnya pembeda dari atlet yang sudah langganan juara dan yang masih standar-standar saja.

Gambaran Sumber *efficacy collective* Muhammad Ashfiya (atlet timnas Voli Pantai Indonesia)

Bagi Ashfiya sumber *collective efficacy* yang cukup signifikan adalah pada saat latihan menjelang Seagames Palembang 2018, di masa itu Ashfiya merasakan bagaimanapun bergerak selama latihan fokusnya tetap medali medali dan medali dari fokus tersebut keyakinan akan

kemampuannya sendiri semakin berkembang yang berujung mendukung *collective efficacy* dalam timnya, disamping itu *collective efficacy* dari tim Ashfiya juga didukung dengan adanya world tour dalam bingkai *try out* yang diberikan PBVSI voli pantai menjelang even seagames saat itu. selanjutnya Ashfiya juga diuntungkan dengan pasangan yang lebih senior dan cukup banyak memiliki pengalaman internasional yang membuatnya lebih mudah percaya pada kemampuan timnya. Format latihan yang diberikan oleh pelatih juga sangat mendukung terciptanya penguatan *collective efficacy* bagi Ashfiya. Hal ini tampak saat pelatih selalu mencari kompetisi 1 bulan sekali atau paling lama 2 bulan sekali yang pada gilirannya tetap memberikan penjagaan fokus untuk target medali serta keyakinan pada kekuatan tim semakin terbangun.

Bagi Ashfiya traumatic yang pernah ia alami saat menghadapi Qatar di final Seagames 2018 juga memberikan tekanan pada keyakinan diri yang akhirnya berimbas pada keyakinan pada kekuatan timnya. Pasca kejadian itu Ashfiya juga merasakan traumatic tersebut terulang pada final PON XX Papua, di awal set kedua dia sudah begitu yakin untuk dapat memenangkan dengan poin 2-0 namun di pertengahan pertandingan rasa traumatic menghadapi Qatar muncul sehingga saat sudah unggul 2 poin di jeda pertandingan tim Ashfiya malah tertinggal dan kalah di set kedua. Momen yang lain Ashfiya juga menceritakan bagaimana pengalamannya saat bersama senior yang jadi tumpuannya merasa tidak mampu saat bertanding, seperti ucapan senior “pas waktu seperti ini kita kalah” “ini nanti akan begini lagi” kata-kata itu akhirnya menjadi beban yang selalu dipikirkan. Meski maksud senior adalah untuk waspada dengan permainan lawan alhasil beberapa poin tim Ashfiya hilang, walau pada akhirnya bisa dimenangkan.

Disukusi dengan pelatih dan partner melalui video lawan juga menjadikan *collective efficacy* dari tim ini meningkat, dimana video pertemuan pertama saat mereka susah sekali untuk menaklukkan lawan, namun di pertemuan berikutnya tim Ashfiya lebih mudah untuk memenangkan pertandingan.

Komunikasi juga bagian yang mampu memberikan kekuatan lebih atas keyakinan individu akan kemampuan timnya. Ashfiya dan pasangannya menyatakan bahwa ucapan-ucapan seperti “line, cross, ataupun cross kosong” cukup efektif saat petunjuk-petunjuk yang dimunculkan kedua pemain mendapatkan poin, sehingga secara langsung menambah level *collective efficacy* pada tim tersebut, hal lain yang cukup membantu Ashfiya untuk kembali menguatkan keyakinannya pada kemampuan timnya yakni saat jeda ia menggunakan air dingin untuk menyiram kepala dan kaki, baginya hal tersebut mampu membuat dia kembali fokus dan secara tidak langsung meningkatkan *collective efficacy* pada timnya.

Sebagai pemain senior Ashfiya juga pernah dipasangkan dengan Yossi atlet junior dari Jawa Timur, baginya untuk membantu rekannya menemukan keyakinan pada tim maka sebagai

pemain senior dia harus mampu mengenali kelebihan yang dimiliki junior dan memberikan kesempatan terbaik untuk dapat mengoptimalkan kelebihan itu seperti yang dikatakan oleh Ashfiya itu sendiri “dia itu killer itu di umpan yang seperti apa, terus mungkin kita sebagai senior tau ya pak, ketika permintaan yosi seperti ini ya kita turutin” Faktor individu dalam meningkatkan *collective efficacy* bagi Ashfiya seperti mindset yang juga harus dijaga bahwa latihan wajib dihabiskan 100% “ya kalau setengah-setengah ya kita lewat sama yang lain” terlebih kalau pertandingan yang akan dihadapi level internasional atau world tour Eropa mesti lebih lagi latihannya.

PEMBAHASAN

Sebuah tim dalam konteks olahraga didefinisikan sebagai sekelompok dua orang atau lebih, terfokus pada tujuan dan sasaran yang sama, yang secara pribadi dan instrumental yang saling bergantung. Saling ketergantungan dalam hal ini mencakup persepsi yang dimiliki rekan satu tim tentang tim mereka, apakah itu struktur sosial atau kontribusi performance mereka secara keseluruhan.(Gentner, 2006).

Sumber individu

Sumber individu adalah variabel yang dirasakan oleh atlet lebih ditentukan sendiri daripada ditentukan oleh tim. Persepsi pentingnya tugas, kesulitan tugas, konsepsi kemampuan, efficacy tugas, efficacy peran, persuasi verbal (misalnya, self-talk), dan kontrol yang dirasakan adalah contoh sumber individu dari *collective efficacy* dicatat dalam literatur (Feltz et al., 2008). Dalam hal sumber *collective efficacy* individual pada para atlet pelatnas voli pantai Indonesia ini tampak dalam kebiasaan mereka dalam meregulasi diri saat menghadapi turnamen-turnamen yang akan dihadapi, semakin tinggi level turnamennya semakin membuat atlet menyiapkan diri dengan lebih sungguh-sungguh, ini tercermin dari porsi latihan yang diberikan pelatih selalu dihabiskan 100%. Kesediaanya untuk memangkas berat badan dengan waktu yang lebih ringkas.

Dengan memandang level turnamen yang menurut para atlet memiliki nilai gengsi yang tinggi, mereka tidak segan merelakan diri untuk lebih lama dalam berlatih meski porsi latihan itu tidak saja mempressure fisik ataupun psikis, para atlet pelatnas ini juga memiliki mindset bahwa latihan keras pada saat ini akan banyak membantu mereka untuk membangun kepercayaan diri yang lebih baik saat bertanding. Lebih lanjut mereka juga memiliki kemampuan untuk meregulasi diri saat harus berperan dengan posisi yang berbeda-beda dalam sebuah tim. Saat mereka berperan menjadi atlet senior maka mereka tahu dan yakin bagaimana melakukan tugas sebagai senior yang dipasangkan dengan junior, perlakuan yang tidak intimidatif, support yang terus menerus dan tidak mudah menyalakan junior merupakan bentuk dari efficacy peran yang mereka

tunjukkan, begitu sebaliknya saat mereka menjadi junior mereka mampu menempatkan diri dan mengikuti intruksi yang diberikan para seniornya melalui verbal maupun kode-kode tersendiri

Sumber *collective efficacy* dari sisi individu ini juga tercermin dari mindset yang dimiliki oleh hampir semua penghuni pelatnas, saat pelatih sudah memberikan pilihan pasangan yang ada dalam pikiran mereka adalah tidak takut kalah dan berani main. Meskipun penelitian ini juga menemukan mindset berupa target “harus juara” terkadang malah membuat beban dan menjadikan beberapa atlet pelatnas ini kehilangan fokus dan mudah kehilangan poin. Dalam kasus semacam ini atlet mencoba untuk merubah target juara tersebut dengan target antara, dimana mereka perlahan lahan fokus untuk memindahkan bola dan fokus untuk mendapatkan poin demi poin.

Pada dasarnya ketika atlet memahami kemampuan sebagai entitas tetap, melihat tugas sebagai terlalu sulit atau di luar kendali mereka, maka mereka mungkin memiliki rasa *collective efficacy* yang lebih lemah. Persuasi verbal dalam bentuk self-talk memiliki prinsip yang sama untuk keyakinan *collective efficacy* sebagai efikasi diri. *Efficacy* tugas dan *efficacy* peran telah disarankan untuk menjadi prediktor *collective efficacy*, terutama pada akhir musim kompetisi ketika atlet memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan tentang tim (Hepler et al., 2021).

Sumber tim

Sumber tim melibatkan variabel yang lebih berkaitan dengan lingkungan tim atau faktor yang ditentukan tim. Kinerja tim di masa lalu akan menjadi prediktor terbaik dari keberhasilan kolektif, dengan hasil latihan bersama-sama terkadang lebih menonjol daripada hasil permainan dalam kompetisi (Chase et al., 2003).

Sumber *collective efficacy* dalam tim para atlet pelatnas voli pantai Indonesai ditemukan bahwa latihan bersama berupa puslatda ataupun pelatnas dengan jangka waktu yang panjang cukup membantu mereka untuk menemukan klik antar pemain dalam tim. Lingkungan pelatnas yang mendukung mereka nyaman berlatih, kepadatan jadwal yang bisa mengakomodir kepentingan individu untuk bertemu keluarga lebih memudahkan mereka menguatkan *collective efficacy*.

Iklim yang dibangun oleh pelatih dengan menerapkan game yang lebih kerap menjelang keikutsertaan dalam turnamen cukup membuat mereka dapat mengembangkan *collective efficacy*, hal ini dikarenakan pasca kemenangan dalam game saat latihan dapat membuat kepercayaan diri mereka juga bertambah, meski saat mereka kalah dalam game dengan segera mereka melakukan evaluasi bersama untuk mencari celah mendapatkan kemenangan di game berikutnya. Terkesan dalam porsi latihan *collective efficacy* lebih mudah untuk tumbuh. Dalam turnamen saat tim mendapati kemenangan maka dengan serta merta juga meningkatkan

collective efficacy mereka hanya saja jika mengalami kekalahan butuh waktu lebih untuk segera membangkitkan *collective efficacy* tim tersebut, hal ini biasanya dilalui dengan mereview video dan mendiskusikan dengan pelatih untuk menyiapkan pertandingan lanjutan. Hal ini senada dengan temuan Bruton (et al., 2014) bahwa kapten tim dapat dengan jelas menyatakan kekuatan dan kelemahan dan rencana bagaimana meningkatkan tim. Mengevaluasi latihan dan permainan dengan video sepanjang musim, serta interaksi positif di antara tim dapat membangun *collective efficacy*.

Selama turnamen berlangsung *collective efficacy* ini bisa menjadi naik turun levelnya, seringkali menurun levelnya saat mereka tertinggal poin yang cukup jauh, dibutuhkan kesadaran diri untuk saling mengingatkan fokus dalam pertandingan dalam berbagai bentuk mulai teriakan, tos yang lebih keras, kode-kode yang biasa dipakai antar pemain, hal ini cukup membantu mereka untuk kembali fokus pada pertandingan yang pada gilirannya meningkatkan *collective efficacy*.

Beberapa penelitian menarik oleh Fransen dan rekan (Fransen et al., 2014) menunjukkan bahwa dalam sepak bola dan bola basket, sumber yang diproses selama pertandingan lebih dapat memprediksi *efficacy* kolektif daripada sumber yang dipilih sebelum pertandingan. Tim akan membuat perbandingan sosial dengan tim lain dan menyesuaikan *collective efficacy* mereka. Misalnya, jika Tim A memandang Tim B memiliki kemampuan yang sama dan melihat Tim B memiliki kinerja yang sukses selama pertandingan liga, maka Tim A mungkin telah meningkatkan *efficacy* kolektif tentang tim mereka ketika mereka mulai bermain liga.

Kapten tim dengan efikasi tinggi yang ditunjukkan dari perilaku dan persuasi verbal atau modeling dapat meningkatkan efikasi kolektif, sedangkan pelatih yang tidak efektif dapat menurunkan efikasi kolektif dalam timnya (Fransen et al., 2017). Tim yang lebih kohesif, terutama dalam kohesi tugas, cenderung memiliki efikasi kolektif yang lebih tinggi. Penelitian telah menemukan bahwa iklim motivasi yang setidaknya memiliki iklim berorientasi penguasaan sedang atau lebih tinggi sering dikaitkan dengan *collective efficacy* yang lebih tinggi. Secara keseluruhan, sumber individu dan tim sering bekerja sama untuk mempengaruhi pembentukan *collective efficacy*, yang kemudian mempengaruhi kinerja, perasaan dan pola pikir.

Satu temuan umum di antara semua penelitian adalah semakin kuat ketergantungan tim, semakin kuat keyakinan efikasi kolektif memprediksi kinerja. bahwa hubungan antara *collective efficacy* dengan *team performance* ini dapat meningkat ke arah yang positif atau menurun ke arah yang negatif (Hepler et al., 2021).

Seperti yang dinyatakan sebelumnya, pelatih menyediakan sumber informasi *efficacy* yang penting bagi tim. Ada banyak penelitian tentang efektivitas pembinaan dan dampak umpan balik pembinaan, penguatan, dan perilaku nonverbal terhadap tim. Secara umum, kata-kata dan

tindakan pelatih harus dipandang sebagai motivasi, masukan positif, dalam meningkatkan performance tim. Hubungan pelatih dan atlet yang positif dapat meningkatkan efikasi kolektif tim (Hampson & Jowett, 2014).

Relasi antara atlet dan lingkungannya

Dorongan dalam bentuk self-talk atau pembicaraan tim antar rekan satu tim juga harus positif. Pelatih dapat memantau keterlibatan orang tua tim yang berlebihan. Dorongan dalam bentuk self-talk atau pembicaraan tim antar rekan satu tim juga harus positif. Tergantung pada usia atlet, pelatih harus memantau keterlibatan orang tua tim yang berlebihan. Tim olahraga remaja dapat terkena dampak negatif dan kehilangan *collective efficacy* jika orang tua menjadi terlalu negatif atau kritis terhadap pelatih atau rekan satu tim. Salah satu jenis dorongan terbaik adalah menghargai usaha. Upaya dapat dikendalikan, berbeda dengan banyak variabel tak terkendali yang dihadapi tim, seperti kemampuan lawan, ofisial pertandingan, cuaca, cedera, atau penyakit.

Dalam konsepsi asli dari model efficacy relasional, efficacy disini dihipotesiskan menjadi fungsi dari persepsi kinerja individu lain, keyakinan tentang efficacy pada orang lain, stereotip budaya, isyarat sosial, dan pandangan pihak lain tentang kemampuan atlet saat unjuk performance (Prapaskah & Lopez, 2002).

Ketika sebuah tim diakui prestasinya, maka sering kali ditemukan adanya kontribusi orang lain yang signifikan yang berperan secara signifikan dalam meningkatkan performance tim. Orang lain dalam hal ini bisa jadi pelatih, guru, orang tua, ataupun orang lain yang dianggap atlet mampu membuat seorang atlet bekerja lebih keras, bertahan lebih lama dalam menyelesaikan pertandingan (Hepler et al., 2021). Efficacy lainnya dikembangkan berdasarkan tingkat kinerja yang diketahui dari individu dan pengaruh sosial yang relevan yang dapat dirasakan atlet dengan interaksi interpersonalnya (misalnya, rekan tim sebelumnya, pelatih, atau orang tua). Hubungan interpersonal yang bertahan lama kemungkinan akan memiliki sumber efficacy lain yang lebih stabil karena ada lebih banyak pengalaman masa lalu bagi atlet yang dapat dijadikan sumber efficacy.

Wawancara dengan diad pada atlet elit, Jackson dan rekan (2008) menemukan beberapa sumber yang serupa dari efficacy lain dan beberapa sumber unik juga. Sumber efikasi lain yang berasal dari persepsi mengenai pasangan meliputi penampilan masa lalu atlet dengan pasangan, komentar pihak ketiga, perbandingan dengan pasangan masa lalu, perbandingan dengan atlet yang setingkat skill dan kompetensinya, motivasi atlet lain, dan faktor fisiologis (Jackson et al., 2008). Untuk persepsi tentang diad, baik pengalaman masa lalu dengan diad maupun pengalaman bersama adalah sumber utama dalam pengembangan keyakinan efikasi lainnya.

Ketika mengembangkan keyakinan efikasi lain dalam konteks olahraga, tampak bahwa atlet sangat bergantung pada membandingkan pasangan mereka dengan orang lain dalam olahraga atau dari pengalaman masa lalu mereka dalam olahraga. Juga, atlet tampaknya sangat bergantung pada orang lain ketika mengembangkan lainnya (Jackson et al., 2008)

Lent & Lopez, (2002) memperkenalkan kerangka kerja untuk melihat beberapa pengaruh sosial utama yang mungkin membentuk persepsi efikasi diri atlet. Kerangka kerja ini digariskan untuk lebih memahami peran pengaruh sosial di atas dan di luar komponen sosial yang tertanam dalam konsepsi awal Bandura tentang pembentukan keyakinan efikasi diri. Kerangka self-efficacy asli menggabungkan faktor-faktor yang bersifat sosial, termasuk persuasi sosial (Bandura, 1997). Namun, model efikasi relasional sangat memperluas komponen sosial yang dimasukkan sebagai anteseden untuk pengembangan efikasi diri (Prapaskah & Lopez, 2002).

Hasil ini memberikan bukti (terlepas dari jalur kausal di mana keyakinan terjadi) bahwa ketika atlet memiliki keyakinan efikasi relasional yang tinggi, keyakinan efikasi diri mereka juga cenderung tinggi (dan sama pada tingkat efikasi relasional sedang dan rendah). Dalam olahraga pemuda, RISE telah terbukti memediasi hubungan antara perilaku pembinaan dan persepsi efikasi diri. Secara khusus, perilaku pembinaan dalam olahraga pemuda menginformasikan keyakinan RISE para atlet muda, yang mengarah pada perubahan efikasi diri secara keseluruhan (Saville & Bray, 2015). Secara keseluruhan, kerangka efficacy relasional dapat memberikan beberapa informasi tentang bagaimana pelatih dan atlet mengembangkan suatu hubungan dan bagaimana hubungan bertahan dari waktu ke waktu. Foto oleh cottonbro dari Pexels Meningkatkan efficacy Relasional dalam Olahraga Sementara efficacy relasional adalah salah satu area baru yang dibahas dalam bab ini, ada banyak kemajuan dalam pemahaman keyakinan efikasi relasional dalam olahraga selama dekade terakhir. Ketika memikirkan tentang bagaimana meningkatkan efficacy relasional, ada baiknya kembali ke penelitian yang mencakup pendahuluan dari RISE dan kemandirian lainnya. Lent dan Lopez (2002) mengusulkan bahwa RISE dikembangkan melalui pemrosesan isyarat sosial verbal dan nonverbal yang terjadi selama interaksi. Saville and Bray (2016) meminta pemain hoki muda untuk menjelaskan bagaimana pelatih memberi tahu atlet bahwa mereka memiliki kepercayaan diri pada mereka. Beberapa tanggapan termasuk, "menempatkan saya dalam situasi penting", "memberi tahu saya bahwa saya bisa melakukannya, bahkan ketika saya tidak begitu yakin saya bisa", "memberi saya tampilan 'Anda bisa melakukannya'", dan "mengambil waktu untuk menunjukkan kepada saya apa yang saya lakukan salah ketika saya membuat kesalahan.". Banyak interaksi, baik verbal maupun nonverbal, yang terjadi antara pelatih dan atlet satu sama lain dalam berkomunikasi sepanjang latihan, istirahat, ataupun pertandingan.

Hubungan atlet ditentukan oleh sejumlah besar faktor. Pasangan tenis ganda cenderung berperilaku berbeda dan memiliki hubungan yang berbeda dari tim yang terdiri dari 25 pemain sepak bola. Namun, kemungkinan ada beberapa kesamaan yang patut dipertimbangkan saat meneliti lebih dalam. konteks sosial yang unik di mana semua tim ini ada. Hubungan dyad cenderung lebih dekat dan memiliki ikatan relasional yang lebih kuat dibandingkan dengan tim yang lebih besar.(Hepler et al., 2021)

Satu temuan umum di antara semua penelitian adalah semakin saling ketergantungan tim, semakin kuat keyakinan efikasi kolektif yang memprediksi kinerja. Ingatlah bahwa hubungan antara kemandirian dan kinerja kolektif ini dapat meningkat ke arah yang positif atau menurun ke arah yang negatif (Hepler et al., 2021). Investigasi yang berbeda telah berfokus pada menjelaskan variabel apa yang dapat memprediksi *collective efficacy*, termasuk kohesi sosial dan komitmen di antara anggota tim (Ashmore et al., 2004)(Beauchamp, 2007; Hampson dan Jowett, 2014) Tim yang memiliki *collective efficacy* yang tinggi cenderung menunjukkan performa yang lebih baik dari pada tim dengan *collective efficacy* yang rendah, yang selanjutnya hal ini menjadi sumber dari berfungsinya *collective efficacy*. Artinya hubungan timbal balik yang muncul dari sebuah performa tim, merupakan hasil *collective efficacy* anggota kelompok yang saling mempengaruhi baik secara positif ataupun negative (Stajkovic et al., 2009).

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Dari analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menyimpulkan sumber-sumber *collective efficacy* pada atlet pelatnas voli pantai Indonesia antara lain dari individu, tim, dan relasi antara atlet dan lingkungannya; sumber dari individu berupa *self talk*, *efficacy* pada tugas, *efficacy* pada peran, *mindset* atlet dalam mempersepsi proses latihan, pertandingan, partner bermain, dan hasil pertandingan. Sumber dari tim terkait dengan interaksi antara pasangan pemain, pola komunikasi verbal maupun non verbal didalam dan diluar pertandingan, peran pelatih selama proses latihan, saat pertandingan dan pasca pertandingan. Sumber relasi atlet dan lingkungannya hal ini terkait dengan keberadaan seseorang ataupun kelompok yang dianggap signifikan oleh atlet tersebut seperti support pelatih, orang tua, istri ataupun anak.

Penelitian ini dilakukan pada atlet pelatnas Voli pantai Indonesia, dimana dalam satu tim terdapat dua pemain saja, tentunya akan menarik bila dilakukan penelitian sejenis dilakukan pada cabor yang memiliki lebih dari dua orang dalam satu tim seperti bola basket, sepak bola, futsal, ataupun voli indoor, sehingga akan banyak membantu memberikan informasi pada pelatih, pemain, manajamen, psikolog olahraga, dan para akademisi yang terkait dengan prestasi olahraga beregu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashmore, R. D., Deaux, K., & McLaughlin-Volpe, T. (2004). An organizing framework for collective identity: Articulation and significance of multidimensionality. *Psychological Bulletin*, 130(1), 80–114. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.1.80>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory* (pp. xiii, 617). Prentice-Hall, Inc.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (pp. ix, 604). W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Bruton, A., Mellalieu, S., & Shearer, D. (2014). Observation Interventions as a Means to Manipulate Collective Efficacy in Groups. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36, 27–39. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0058>
- Chase, M., Feltz, D., & Lirgg, C. (2003). Sources of collective and individual efficacy of collegiate athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2003.9671711>
- Feltz, D., Short, S., & Sullivan, P. (2008). Self Efficacy in Sport: Research and Strategies for Working with Athletes, Teams and Coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching - INT J SPORTS SCI COACH*, 3, 293–295. <https://doi.org/10.1260/174795408785100699>
- Forbes, D., Lewis, V., Varker, T., Phelps, A., O'Donnell, M., Wade, D. J., Ruzek, J. I., Watson, P., Bryant, R. A., & Creamer, M. (2011). Psychological first aid following trauma: Implementation and evaluation framework for high-risk organizations. *Psychiatry*, 74(3), 224–239. <https://doi.org/10.1521/psyc.2011.74.3.224>
- Fransen, K., Mertens, N., Feltz, D., & Boen, F. (2017). “Yes, we can!” review on team confidence in sports. *Current Opinion in Psychology*, 16, 98–103. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.04.024>
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Broek, G., & Boen, F. (2014). Perceived Sources of Team Confidence in Soccer and Basketball. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, In press. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000561>
- Gentner, N. (2006). Group Dynamics in Sport (3rd ed.) Carron Albert V. Hausenblas Heather A. Eys. Mark A. Copyright 2005 by Fitness Information Technology (\$49 USD), 262 Coliseum, WVU-PE, PO Box 6116, Morgantown, WV 26506. *The Sport Psychologist*, 20, 112–114. <https://doi.org/10.1123/tsp.20.1.112>
- Goddard, R. D., Hoy, W. K., & Hoy, A. W. (2000). Collective Teacher Efficacy: Its Meaning, Measure, and Impact on Student Achievement. *American Educational Research Journal*, 37(2), 479–507.

- Hampson, R., & Jowett, S. (2014). Effects of coach leadership and coach–athlete relationship on collective efficacy. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), 454–460. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2012.01527.x>
- Hepler, T., Hill, C., Chase, M., & Feltz, D. (2021). *Self, relational, and collective efficacy in athletes* (pp. 643–663). <https://doi.org/10.51224/B1027>
- Jackson, B., Knapp, P., & Beauchamp, M. (2008). Origins and Consequences of Tripartite Efficacy Beliefs Within Elite Athlete Dyads. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 512–540. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.5.512>
- Jowett, S., & Felton, L. (2014). Coach—Athlete relationships and attachment styles within sport teams. In *Group dynamics in exercise and sport psychology*, 2nd ed (pp. 73–90). Routledge/Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9780203794937-5>
- Lent, R., & Lopez, F. (2002). Cognitive Ties That Bind: A Tripartite View Of Efficacy Beliefs In Growth-promoting Relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology - J SOC CLIN PSYCHOL*, 21, 256–286. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>
- Leo, F., Miguel, P., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García Calvo, T. (2013). Analysis of Cohesion and Collective Efficacy Profiles for the Performance of Soccer Players. *Journal of Human Kinetics*, 39, 221–229. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0085>
- Magyar, T. M., Feltz, D., & Simpson, I. (2004). Individual and Crew Level Determinants of Collective Efficacy in Rowing. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 136–153. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.1.136>
- Myers, N., Feltz, D., & Short, S. (2004). Collective Efficacy and Team Performance: A Longitudinal Study of Collegiate Football Teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8, 126–138. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.8.2.126>
- Nixdorf, I., Frank, R., & Beckmann, J. (2016). Comparison of Athletes' Proneness to Depressive Symptoms in Individual and Team Sports: Research on Psychological Mediators in Junior Elite Athletes. *Frontiers in Psychology*, 7, 893. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00893>
- Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan, W. P. (2019). Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18(3), 490–496.
- Santiago, M., Pires, D., Samulski, D. M., & Costa, V. (2016). Burnout syndrome among elite brazilian volleyball coaches. *Revista de Psicología Del Deporte*, 25, 281–288.
- Saville, P., & Bray, S. (2015). Athletes' Perceptions of Coaching Behavior, Relation-Inferred Self-Efficacy (RISE), and Self-Efficacy in Youth Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28, 00–00. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1052890>

- Silver, W. S., & Bufanio, K. M. (1996). The impact of group efficacy and group goals on group task performance. *Small Group Research*, 27(3), 347–359. <https://doi.org/10.1177/1046496496273001>
- Stajkovic, A. D., Lee, D., & Nyberg, A. J. (2009). Collective efficacy, group potency, and group performance: Meta-analyses of their relationships, and test of a mediation model. *The Journal of Applied Psychology*, 94(3), 814–828. <https://doi.org/10.1037/a0015659>
- Van Bavel, J. J., & Cunningham, W. A. (2012). A social identity approach to person memory: Group membership, collective identification, and social role shape attention and memory. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 38(12), 1566–1578. <https://doi.org/10.1177/0146167212455829>