

## KOHESIVITAS TIM DAN EFIKASI DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PRESTASI POLO AIR

Oleh:  
Dimiyati

### Abstract

*This research aimed to examine: (1) the relationship between cohesiveness and the achievement of the water polo team, (2) the relationship between self efficacy and the team achievement, (3) the differences of cohesiveness degree and self-efficacy among each water polo team. The subjects of the research were water polo athletes taking part in National Games (PON) XV in the year of 2000 in Surabaya. The method and the instrument used are questionnaire method and modified Likert scale. The team cohesion questionnaire (TCQ) instrument is used to find out the team cohesiveness. The computation using regression analysis found that the value of  $R = 0,951$  ( $p < 0,05$ ). It implies that there exist a positive and significant relationship between team cohesiveness as well as self-efficacy along with achievement of water polo team. Product moment analysis is carried out to seek the relationship between team cohesiveness and the team achievement resulting in the value of  $r = 0,973$ , whereas the relationship between self efficacy and the achievement of water polo team meet the value of  $r = 0,975$ . Based on the one-way varian analysis, the significant difference ( $F = 19,117$ ) of the team cohesiveness as well as self-efficacy ( $F = 26,542$ ) of each water polo team is revealed.*

*Keywords: team cohesiveness, self-efficacy, achievement, water polo.*

### Pendahuluan

Nossek (1982) mengatakan bahwa usaha pembinaan olahraga untuk menciptakan prestasi yang tinggi merupakan masalah kompleks dan banyak bergantung serta dipengaruhi oleh

berbagai faktor. Menurut Pate dkk. (1993), sampai saat ini ada tiga ilmu dasar yang telah berkembang menjadi subdisiplin ilmu yang mendukung praktik kepelatihan olahragawan yang sempurna, yaitu bidang Psikologi Olahraga, Biomekanika, dan Psikologi Latihan.

Singgih (1989; 2000) mengatakan bahwa di luar negeri Psikologi Olahraga sudah sedemikian maju, sedangkan di Indonesia masih belum banyak digumuli. Sementara itu, kebutuhan akan ahli Psikologi dalam perkembangan olahraga saat ini sangat mendesak. Davies (1989) mengatakan bahwa Psikologi adalah ilmu yang mempelajari perilaku manusia; sedangkan Psikologi Olahraga merupakan subdisiplin Psikologi yang menerapkan prinsip-prinsip psikologi dalam olahraga dan usaha untuk menggambarkan, menjelaskan, dan memprediksi prestasi dalam olahraga. Menurut Williams (1993) aspek-aspek yang menjadi kajian Psikologi Olahraga di antaranya motivasi, kepribadian, agresivitas dan kekerasan, kepemimpinan, dinamika kelompok, dan berbagai dimensi lain yang terkait dengan perilaku atlet dalam olahraga.

Gill (1986) mengatakan bahwa dinamika kelompok dalam olahraga sangat menentukan keberhasilan atau kegagalan suatu tim. Menurut Bird dan Cripe (1986) setiap saat para pemain harus berinteraksi untuk mencapai hasil yang positif dan berbagai dinamika serta proses interpersonal antara anggota tim harus betul-betul dipertimbangkan, di samping tentunya rasa optimisme

individu untuk berprestasi. Shaw (1979) menyebut hal tersebut dengan istilah *kohesi*, yaitu interaksi di antara anggota tim, bagaimana anggota tim itu saling menyukai, saling mencintai satu dengan yang lain. Carron (1993) mendefinisikan kohesivitas sebagai proses dinamis yang merefleksikan kecenderungan anggota tim secara bersama-sama untuk tetap bertahan dalam bekerja sama mencapai tujuan.

Carron (dalam Williams, 1993) mengatakan bahwa kohesi adalah norma untuk prestasi dan sangat mempengaruhi pencapaian produktivitas kelompok. Secara umum kohesivitas tim merupakan hal yang paling penting agar tim berhasil, terutama dalam olahraga yang sangat bergantung pada interaksi anggota tim selama permainan berlangsung (Pate, dkk., 1993). Menurut Stogdill (dalam Williams, 1993) berbagai penelitian pada Ilmu Manajemen, Psikologi, dan Olahraga menunjukkan bahwa hasil analisis terhadap 34 hasil penelitian membuktikan: 12 berkorelasi positif terhadap prestasi, 11 berkorelasi negatif, dan 12 tidak menunjukkan berhubungan dengan prestasi. Oleh karena itu, harapan bahwa kohesi dapat meningkatkan prestasi terus mengundang perdebatan. Jadi hal itu tidak semata-mata diterima sebagai ada hubungan positif atau negatif (Gully dkk., 1995). Kajian mengenai kohesivitas tim ini menjadi lebih relevan dan penting, terutama jika dikaitkan dengan kegagalan total kontingen Indonesia di SEA

Games XX tahun 1999 di Brunai Darussalam yang terjadi pada cabang olahraga tim yang tergolong *interactive sport*, yaitu cabang olahraga yang membutuhkan interaksi, kerja sama, dan koordinasi di antara para pemain seperti cabang olahraga sepak bola, bola basket, sepak takraw, hoki, dan polo air. Cabang-cabang olahraga tersebut tidak satu pun yang menghasilkan medali emas bagi kontingen Indonesia.

Di sisi lain Langfred (1989) mengatakan bahwa hasil penelitian dalam bidang manajemen menunjukkan implikasi praktis pada prestasi kerja tim dipengaruhi oleh kombinasi kohesivitas dan norma-norma tim, jadi tidak hanya kohesivitas tim semata. Morris dan Summers (1995), mengatakan bahwa tidak sedikit dalam olahraga dan latihan keyakinan tiap-tiap individu pemain merupakan elemen penting untuk mencapai prestasi secara keseluruhan. Lebih lanjut, dikatakan bahwa satu konsep keyakinan diri yang berhasil dibuktikan dalam bidang olahraga yaitu efikasi diri.

Efikasi diri seseorang menurut Bandura (1977a), dibedakan atas dasar beberapa dimensi yang memiliki implikasi penting terhadap prestasi. Bentuk efikasi diri yang tepat dapat mempertinggi, baik prestasi yang berupa aktivitas fisik maupun prestasi akademik (Baron dan Byrne, 1997). Berdasarkan pada teori belajar sosial milik Bandura, Feltz (1982) telah menguji hubungan

antara efikasi diri, dengan pencapaian prestasi dan gejala fisiologis pada mahasiswa dengan menggunakan model yang bersifat kausal. Hasil penelitian itu menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan prediktor yang paling kuat bagi prestasi penyelam. Weiss dkk. (1989) mengukur efikasi diri dan prestasi pesenam muda (putri) yang bertanding dalam suatu kejuaraan dengan tingkat kompetisi yang relatif tinggi menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan ( $r = 0,57$ ) antara efikasi diri dengan prestasi pesenam tersebut.

Uraian tersebut menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor penting yang mempengaruhi prestasi. Maka dari itu, implikasi praktis di bidang olahraga, khususnya cabang olahraga tim yang bersifat interaktif merupakan bahan kajian yang menarik untuk diteliti lebih lanjut. Pertanyaan yang kemudian muncul adalah apakah ada hubungan yang positif antara tingkat efikasi diri para pemain dengan prestasi tim olahraga yang bersifat interaktif seperti cabang polo air?

Cabang polo air dijadikan objek dalam penelitian ini didasarkan pada dua pertimbangan, yaitu: (1) teoretis dan (2) empiris. Pertimbangan teoretis menunjukkan bahwa cabang olahraga polo air hingga saat ini dalam berbagai literatur menunjukkan belum pernah diteliti, sedangkan pertimbangan empiris menunjukkan bahwa cabang polo air di Indonesia, baik dari

segi perkembangan maupun prestasi yang diraih sangat tertinggal dibandingkan dengan cabang olahraga yang lain. Polo air termasuk cabang olahraga yang tergolong ke dalam *interactive sport* (Cox, 1990), yaitu cabang olahraga yang membutuhkan interaksi dan kerja sama di antara pemain. Sebagai cabang olahraga tim, interaksi dan kerja sama antarpemain dalam tim merupakan prasyarat untuk mencapai prestasi.

Gill (1986) mengatakan bahwa olahraga pada hakikatnya merupakan aktivitas yang dilakukan dalam tim. Steiner (dalam Shaw, 1979) mengatakan bahwa prestasi tim sangat bergantung pada tiga variabel, yaitu: (1) apa yang dituntut oleh tugas (*task demand*); (2) sumber daya tim (*resources*), dan (3) proses (*process*). Lebih lanjut, Steiner (dalam Morris & Summers, 1995 dan Gill, 1986) telah mengembangkan teori tersebut yang diterapkan dalam konteks prestasi olahraga yang diformulasikan sebagaimana tertera di bawah ini:

$$\text{Actual productivity} = \text{Potential productivity} - \text{Losses due to} \\ \text{foulty process}$$

*Actual productivity* merupakan refleksi dari hasil akhir yang dicapai tim olahraga, yaitu merupakan perbandingan antara menang dengan kalah. *Potential productivity* merupakan potensi yang dimiliki tim untuk berprestasi berdasarkan sumber-sumber yang

sesuai dengan tugas dan kebutuhan yang diperlukan tim. Kemampuan dan keterampilan individual yang ditampilkan seseorang bisa jadi merupakan sumber yang penting untuk olahraga tim. Seperti postur tubuh yang tinggi dan kekuatan otot kaki yang *eksplosive* merupakan sumber-sumber yang sesuai dengan karakteristik permainan bola voli, tetapi tidak relevan untuk cabang olahraga bowling. Kesesuaian persyaratan yang dituntut oleh tugas berdasarkan pada sumber-sumber yang relevan dengan kebutuhan tim akan menentukan prestasi tim. Namun, Steiner menjelaskan bahwa prestasi aktual tim berdasar pada *potential productivity* akan hilang karena *foulty process*. *Foulty process* adalah tidak efektifnya penggunaan sumber-sumber yang dimiliki untuk melaksanakan tugas yang dibutuhkan yang menyebabkan kehilangan dua hal, yaitu kehilangan koordinasi dan motivasi.

Dapat dikatakan bahwa keterampilan dan kemampuan individual para pemain merupakan kualifikasi yang penting dan terkait dengan olahraga, juga merupakan komponen utama potensi prestasi tim. Namun demikian, pada cabang olahraga yang tergolong interaktif seperti polo air yang membutuhkan interaksi dan koordinasi di antara sesama anggota tim, apabila proses interaksi dan koordinasi tersebut tidak berjalan efektif, potensi yang dimiliki tim menjadi hilang.

Berdasarkan landasan teori sebagaimana tersebut di atas, selanjutnya dapat diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut: Ada hubungan antara kohesivitas tim dengan efikasi diri secara bersama dengan prestasi tim polo air. Penelitian ini selain ingin membuktikan hipotesis tersebut, juga lebih jauh ingin mengetahui: (1) apakah ada hubungan positif antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air?, (2) apakah ada hubungan positif antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air?, dan (3) apakah ada perbedaan tingkat kohesivitas tim dan efikasi diri di antara tiap-tiap tim?

#### Cara Penelitian

Variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah: (i) prestasi tim polo air, sebagai variabel dependens, (ii) kohesivitas tim, sebagai variabel independens pertama, dan (iii) efikasi diri sebagai variabel independens kedua.

Subjek penelitian adalah para pemain polo air peserta PON XV tahun 2000 di Surabaya yang bergabung dalam lima tim, yaitu tim DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Timur, Jambi dan Sumatra Utara berjumlah 65 orang.

Untuk mengungkap data mengenai kohesivitas tim digunakan *Tim Cohesion Questionnaire* (TCQ) yang dikembangkan oleh Gruber dan Gray (dalam Cox, 1990). Setelah

diadakan *try-out* dan dianalisis didapatkan hasil bahwa angket kohesivitas tim memiliki koefisien validitas bergerak dari 0,437–0,796 pada taraf signifikansi  $p \leq 0,05$  dan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,972. Untuk angket efikasi diri yang merupakan hasil konstruksi dari teori Bandura diperoleh koefisien validitas yang bergerak dari 0,420–0,939 dengan taraf signifikan  $p \leq 0,05$ , sedangkan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,979. Data prestasi tim polo air merupakan data hasil akhir pertandingan lima tim diperoleh dari Panitia Pelaksana Cabang Renang PON XV, yang dikelompokkan ke dalam empat komponen prestasi, yaitu: (1) jumlah skor memasukkan; (2) jumlah skor kemasukan, (3) jumlah selisih memasukkan dengan kemasukan; dan (4) skor nilai tiap-tiap tim.

Teknik statistik yang digunakan adalah regresi dua prediktor untuk menguji signifikansi hubungan antara kohesivitas tim efikasi diri dengan prestasi tim polo air. Selanjutnya, untuk mengetahui hubungan antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air dan hubungan antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air digunakan teknik statistik *product moment* dari Pearson. Untuk mengetahui perbedaan tingkat kohesivitas tim dan efikasi diri pada tiap-tiap tim digunakan teknik statistik varian satu jalur.

**Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Deskripsi data penelitian yang dijadikan acuan dalam penelitian ini tertera pada tabel 1 di bawah ini.

**Tabel 1**  
**Deskripsi Data Penelitian**

Variabel Kohesivitas Tim, Efikasi Diri, dan Prestasi Tim Polo Air

Nama Tim	Skor		Skor		Skor				
	X1	Rerata	X2	Rerata	Y1	Y2	Y3	Y4	Y
DKI	2125	163,462	2093	161,000	43	-28	15	8	59,500
Jatim	2051	157,769	2139	164,538	53	-31	22	6	60,000
Sumat	1913	147,154	2004	154,154	37	-37	0	4	49,750
Jabar	1833	141,000	1752	134,769	30	-41	-11	2	43,500
Jambi	1551	119,308	1493	114,846	24	-46	-22	0	37,250

**Keterangan :**

- X1 = Kohesivitas tim
- X2 = Efikasi diri
- Y1 = Memasukkan
- Y2 = Kemasukan
- Y3 = Selisih
- Y4 = Nilai rangking
- Y = Rerata prestasi tim polo air.

Selanjutnya, data penelitian sebagaimana tersebut di atas dianalisis dengan menggunakan teknik statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian dan diperoleh hasil sebagaimana tersebut di bawah ini

1. Koefisien korelasi ganda antara kohesivitas tim dan efikasi diri terhadap prestasi tim polo air ( $R_{y.1.2}$ ) adalah sebesar 0,975,

- dan F regresi sebesar 19,252 dengan  $p < 0,05$ . Hal ini berarti bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kohesivitas tim dengan efikasi diri secara bersama-sama terhadap prestasi tim polo air. Sumbangan efektif kohesivitas tim terhadap prestasi tim polo air adalah 71,319%, sedangkan sumbangan efektif efikasi diri terhadap prestasi tim polo air sebesar 23,743%.
2. Koefisien korelasi antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air diperoleh hasil sebesar 0,973 dan  $p < 0,05$ . Hal ini berarti terdapat korelasi positif yang signifikan antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air.
  3. Koefisien korelasi antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air diperoleh hasil sebesar 0,957 dan  $p < 0,05$ . Hal ini berarti terdapat korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air.
  4. Ada perbedaan tingkat kohesivitas tim secara meyakinkan di antara tim polo air yang bertanding pada PON XV di Surabaya, yaitu tim DKI, Jawa Barat, Jawa Timur, Jambi dan tim Sumatra Utara ( $F = 19,117$ ;  $p < 0,01$ ). Jika dicermati lebih dalam hasil penelitian ini, yaitu dengan mencoba membandingkan tingkat kohesivitas tim dengan prestasi yang diraih oleh tiap-tiap tim, ternyata menunjukkan ada keselarasan. Artinya, makin

tingginya tingkat kohesivitas tim mencerminkan nilai rerata prestasi yang tinggi pula.

5. Ada perbedaan tingkat efikasi diri secara meyakinkan di antara tim para pemain polo air yang bertanding pada PON XV di Surabaya, yaitu tim DKI, Jawa Barat, Jawa Timur, Jambi, dan Sumatra Utara ( $F = 26,542, p < 0,01$ ). Jika dicermati lebih dalam hasil penelitian ini, yaitu dengan mencoba membandingkan tingkat efikasi diri tim dengan prestasi yang diraih oleh tiap-tiap tim, ternyata menunjukkan ada keselarasan. Artinya makin tinggi tingkat efikasi diri mencerminkan nilai rerata prestasi yang tinggi pula.

#### Kohesivitas Tim, Efikasi Diri, dan Prestasi Tim Polo Air

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kohesivitas tim dan efikasi diri secara bersama terhadap prestasi tim polo air. Hal ini berarti bahwa seberapa tinggi tingkat kohesivitas tim, dan seberapa besar derajat efikasi diri para pemain dalam tim secara bersama memberikan kontribusi sebesar 95,062% terhadap terciptanya prestasi tim polo air. Adanya andil kedua variabel tersebut bagi terciptanya pencapaian prestasi tim polo air sejalan dengan realitas yang berkembang dewasa ini bahwa prestasi tim tidak semata-mata hanya dipengaruhi kohesivitas tim. Implikasi praktis hasil penelitian dalam bidang manajemen

menunjukkan bahwa produktivitas kerja tim dipengaruhi dan merupakan hasil kombinasi kohesivitas tim dengan norma yang berlaku dalam tim (Langfred, 1998). Suatu konsep keyakinan diri yang berhasil dibuktikan terkait dengan prestasi olahraga adalah efikasi diri (Bandura, 1986). Dengan demikian, adanya andil kohesivitas tim dan efikasi diri secara bersama terhadap prestasi tim sebagaimana terungkap dalam penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Higgins (1998) yang telah membuktikan bahwa secara bersama kohesivitas tim, kepuasan diri, dan produktivitas anggota tim umumnya berhubungan positif ketika tim mengetahui dengan jelas sasaran formal organisasi.

Sumbangan efektif variabel kohesivitas tim terhadap prestasi tim polo air adalah sebesar 71,319%. Hal ini sangat dimungkinkan karena cabang olahraga polo air merupakan olahraga yang tergolong interaktif, yaitu cabang olahraga yang membutuhkan interaksi, koordinasi, dan kerja sama di antara pemain dalam tim (Cox, 1990). Dalam permainan polo air prestasi tim sangat ditentukan oleh interaksi, koordinasi dan kerja sama di antara para pemain. Interaksi, koordinasi, dan kerja sama adalah dinamis dan merupakan esensi kohesivitas tim.

Sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap prestasi tim sebesar 23,743%. Menurut Morris dan Summers (1995) sejumlah penelitian telah mempertimbangkan hubungan antara efikasi diri

dengan prestasi olahraga kompetitif. Feltz (1982) menjelaskan bahwa efikasi diri menjadi suatu variabel kunci dalam pencapaian olahraga dan kesehatan serta tingkah laku pada umumnya. Menurut Locke dkk., (1984) sebagaimana indikator pada keyakinan diri pada umumnya, efikasi diri juga dipertimbangkan sebagai arah suatu hubungan yang dekat dengan motivasi.

#### Kohesivitas Tim dan Prestasi Tim Polo Air

Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air. Kohesivitas tim merupakan proses dinamis yang merefleksikan kecenderungan para anggota tim untuk secara bersama dalam mencapai tujuan (Carron, 1993). Cabang olahraga polo air merupakan cabang olahraga interaktif dengan unsur-unsur interaksi, koordinasi, dan kerja sama yang efektif di antara sesama pemain dalam tim akan sangat menentukan prestasi tim.

#### Efikasi Diri dan Prestasi Tim Polo Air

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air. Bandura (1986) mendefinisikan bahwa efikasi diri sebagai suatu keyakinan seseorang bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk melakukan tugas khusus. Locke dan Frederick (1984) mengatakan bahwa

efikasi diri yang tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri atas kemampuan dirinya dalam melaksanakan keberhasilan tugas. Baron dan Byrne (1997) menyimpulkan bahwa efikasi diri yang tepat dapat mempertinggi prestasi, baik yang terkait dengan aktivitas fisik maupun prestasi akademik.

#### Perbedaan Tingkat Kohesivitas Tim Polo Air

Penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan tingkat kohesivitas tim di antara tiap-tiap tim polo air yang bertanding pada PON XV Surabaya. Ada empat komponen yang memberikan kontribusi terhadap kohesivitas tim dalam olahraga, yaitu faktor: lingkungan, pribadi, kepemimpinan, dan kondisi tim (Carron dalam Gill, 1986). Kondisi keempat faktor tersebut tidak mungkin dirasakan sama oleh setiap tim yang bertanding pada PON XV di Surabaya karena mereka berasal dari lingkungan sosial berbeda, dan faktor keadaan tim yang heterogen dengan segudang permasalahan yang berbeda pula. Bagaimanapun perbedaan tersebut akan melahirkan orientasi tim, harapan, perasaan untuk sukses, stabilitas tim, akan berbeda pada tiap-tiap tim. Johnson dan Johnson (1991) mengatakan bahwa tingkat kohesivitas tim dicirikan oleh beberapa hal di antaranya kehadiran anggota tim, anggota datang tepat waktu, kepercayaan dan dukungan di antara sesama anggota tim, dan individu-individu diterima dalam

kelompok. Pendapat ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat kohesivitas tim yang tinggi diindikasikan adanya usaha keras untuk mencapai tujuan optimal tim (Catwight, 1968; Warson & Johnson, 1972, dalam Johnson dan Johnson, 1991).

#### Perbedaan Tingkat Efikasi Diri Tim Polo Air

Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan tingkat efikasi diri di antara tiap-tiap tim polo air peserta PON XV di Surabaya. Tim polo air Jawa Timur memiliki tingkat efikasi diri rata-rata yang paling tinggi dibandingkan dengan tim-tim lainnya seperti DKI Jakarta, Sumatra Utara, Jawa Barat, dan Jambi. Locke dkk. (1984) mengatakan bahwa efikasi diri menumbuhkan rasa percaya diri akan kemampuan dirinya dalam melaksanakan keberhasilan tugas. Meskipun tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa skor prestasi rata-rata tim polo air Jawa Timur lebih baik daripada tim polo air DKI Jakarta yang *notabene* adalah juara pertama cabang polo air PON XV di Surabaya.

Prestasi orang mengenai efikasi dirinya untuk suatu tugas merupakan hasil dari suatu proses kognitif yang melibatkan pengalaman masa lalu dan keterkaitannya dengan masa sekarang. Proses kognitif ini merupakan kajian yang lebih luas, yang oleh

Bandura (1986) digambarkan sebagai teori kognitif sosial. Terjadinya perbedaan tingkat efikasi diri pada tiap-tiap tim tidak terlepas dari perbedaan kognitif, seperti pengalaman masa lalu tim, latar belakang tim, faktor individual pemain, harapan tim dan kondisi pada saat bertanding.

#### Simpulan

Dari hasil kajian yang dikemukakan dapat ditarik simpulan di antaranya sebagai berikut.

1. Kohesivitas tim dan efikasi diri secara bersama mempunyai hubungan yang signifikan dengan prestasi tim polo air peserta PON XV tahun 2000 di Surabaya.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kohesivitas tim dengan prestasi tim polo air. Tim polo air yang memiliki tingkat kohesivitas tinggi juga memperoleh prestasi tinggi.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan prestasi tim polo air. Tim polo air yang para pemainnya memiliki tingkat efikasi diri tinggi juga memperoleh prestasi tinggi.
4. Terdapat perbedaan tingkat kohesivitas yang signifikan di antara tiap-tiap tim yang bertanding pada PON XV di

Surabaya. Tim dengan tingkat kohesivitas tinggi memiliki prestasi yang tinggi pula.

5. Terdapat perbedaan tingkat efikasi diri yang signifikan di antara tiap-tiap tim yang bertanding pada PON XV di Surabaya. Tim dengan para pemain yang tingkat efikasi diri tinggi memiliki prestasi yang tinggi pula.

#### Daftar Pustaka

- A. Bandura. (1986). *Social foundations of thought and action*. NJ: Englewood Cliffs Prentice Hall.
- A. Bandura. (1977). Self-efficacy: toward an unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- A.M. Bird. & B.K. Cripe. (1986). *Psychology and sport behavior*. ST. Louis: Times Mirror/Mosby College Publishing.
- A.V. Carron. (1993). *The sport team as an effective group* (dalam William: Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance). London: Mayfield Publishing Company.
- C.W. Langfred. (1998). Is Group Cohesiveness A Double-Edged Sword? Anggota Investigation of Effect of Cohesiveness on Performance. *Small Group Research*, 29, 124-143.
- D. Davies. (1989). *Psychological Factors in Competitive Sport*. Philadelphia: The Falmer Press Taylor & Francis Inc.

- D.G. Singgih. (1989). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulya.
- (2000). *Sumbangan Psikologi bagi dunia olahraga* (dalam Supratiknya dkk.: Tantangan Psikologi Menghadapi Milenium Baru). Yogyakarta: Yayasan Pembina Fakultas Psikologi UGM.
- D.L. Feltz. (1982). Path analysis of the causal elements of Bandura's theory of self-efficacy and an anxiety-based model of avoidance behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 764-781.
- D.L. Gill. (1986). *Psychological Dynamics of Sport*. Illinois: Human Kinetic Publisher, Inc.
- D.W. Johnson and F.D. Johnson. (1991). *Joining Together Group Theory and Group Skill*. New Jersey: Prentice-Hill International, Inc.
- E.A. Locke, C. Lee E. Frederick, & P. Bobko. (1984). Effect of Self-Efficacy, Goal, and Task Strategies on Task Performance. *Journal of Applied Psychology*, 36, 214-251.
- H.R. Cox. (1990). *Sport Psychology concepts and applications*. Dubuque: Wm.C Brow Publishers.
- J.M. Williams. (1993). *Applied sport Psychology Person Growth to peak performance*. London: Mayfield Publishing Company.
- J. Nossek. (1982). *General theory of training*. Lagos National Institute for Sport: Pan African Press Ltd.
- M.E. Shaw. (1979). *Dynamics of small group behavior*. New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd.

- M.R. Weiss, D.M. Weise, & K.A. Klint. (1989). Head over heels with succes: The relationship between self-efficacy a performance in competitive youth gymnastics. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 444-451.
- R.A. Baron. & D. Byrne. (1997). *Social Psychology*. Allyn and Bacon, Massachusett: A Viacom Company.
- R.R. Pate, B. McCleanaghan, & R. Rotella. (1993). *Scientific foundations of coaching* (terjemahan Kasiyo Dwijowinoto). Semarang: IKIP Semarang Press.
- S.M. Gully, D.J. Devine, & D.J. Whitney. (1995). A meta analysis of cohesion and performance: Effect of level analysis and task interdependence. *Small Group Reseach*, 26, 497-520.
- T. Morris & J. Summer. (1995). *Sport Psychology Theory, Applications and Issues*. Brisbane: John Willey & Sons.