

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1. Kondisi <i>Self Defense</i> Pada Saat ini	4
Tabel 3.1 Waktu Dan Tempat Penelitian	35
Tabel 3.2. Instrumen Ahli Bela Diri Karate	53
Tabel 3.3. Instrumen Ahli Gerak Olahraga	54
Tabel 4.1. Indikator Evaluasi Ahli	57
Tabel 4.2. Video Pada Saat Ini	64
Tabel 4.3. Hasil Validasi Ahli	67
Tabel 4.4. Revisi Ahli	68
Tabel 4.5. Validasi Uji Coba Kelompok Kecil	69
Tabel 4.6. Hasil Uji Coba Kelompok Besar	75
Tabel 4.7. Revisi Ahli Uji Coba Kelompok Besar	78

