

**PENGARUH PEMBERIAN AIR NIRA AREN (*ARENGA PINNATA MERR*)  
TERHADAP REHIDRASI SETELAH AKTIVITAS FISIK  
SUBMAKSIMAL PADA MAHASISWA C REGULER  
ANGKATAN 2016 ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
TAHUN 2021**



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Olahraga**

**THE**  
*Character Building*  
**UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**  
OLEH :  
**TONDI ADINIKITA SIREGAR**  
NIM : 6163210041

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
2021**