

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Gejala Dehidrasi.....	9
Tabel 2. Penilaian Status Hidrasi	9
Tabel 3. Kandungan Gizi Minuman (PT. Amerta Indah Otsuka) per 100 mL	13
Tabel 4. Anjuran Asupan Minuman Isotonik Atlet.....	14
Tabel 5. Spesifikasi Persyaratan Mutu Minuman Isotonik	15
Tabel 6. Kandungan Gizi Air Kelapa.....	18
Tabel 7. Penelitian Yang Relevan.....	18
Tabel 8. Kategori Status Hidrasi	27
Tabel 9. Klasifikasi Usia Subjek Penelitian.....	39
Tabel 10. Status Gizi Subjek Penelitian.....	39
Tabel 11. Karakteristik Subjek Penelitian.....	40
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 13. Hasil Uji Wilcoxon Pre-Test dan Post-Test.....	41
Tabel 14. Hasil Uji Mann-Whitney Pre-Test.....	44
Tabel 15. Hasil Uji Mann-Whitney Post-Test.....	44

