

## SIARAN PERS

### Tetap Sehat Fisik dan Mental dengan Inovasi Terbaru Galaxy Watch4 Ini!

**Jakarta, 15 Maret 2022** – Asian Development Bank menilai, Indonesia memiliki wellness index (indeks kesehatan) di bawah Malaysia, Singapura, Thailand, dan Vietnam. Indeks kesehatan ini mengacu pada empat pilar kesehatan individual, yaitu fisik, mental, lingkungan, dan sosial<sup>1</sup>. Memahami hal tersebut, Samsung menjadikan Galaxy Watch4 sebagai perangkat wearables yang mampu mendukung masyarakat Indonesia menjaga kesehatan secara utuh dan mencapai kondisi wellness terbaik.

“Galaxy Watch4 siap menemani dan membantu kamu dalam menjaga kondisi tubuh dan mental terbaik untuk menjalani keseharian dengan lebih maksimal. Berkat fitur Body Composition, Sleep Analysis, hingga kolaborasi khusus dengan Centr, kamu bisa meningkatkan kebugaran tubuh, mendapatkan istirahat yang lebih berkualitas, mendukung upaya mencapai kondisi wellness yang lebih baik untuk #turnonthebestyou,” ujar **Annisa Maulina**, Product Marketing Manager Mobile Experience, Samsung Electronics Indonesia.

Lantas, bagaimana kamu bisa memaksimalkan fitur-fitur inovatif di Galaxy Watch4 untuk menjaga wellness secara utuh dari empat pilar kesehatan (fisik, mental, lingkungan, dan sosial) di atas? Simak penjelasannya berikut ini:

#### **Capai body goals kamu dengan fitur Body Composition**

Galaxy Watch4 hadir dengan inovasi penting berupa fitur Body Composition. Sebelumnya, kamu butuh alat yang besar dan mahal yang biasanya tersedia di pusat kebugaran atau fasilitas kesehatan untuk mengukur komposisi tubuh. Namun dengan Galaxy Watch4, pengukuran komposisi tubuh menjadi lebih terjangkau dan mudah, dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Fitur body composition menyajikan informasi seperti body mass index, basal metabolic rate, kadar air dalam tubuh, massa lemak, massa otot, hingga persentase lemak tubuh. Insight ini akan memudahkan kamu untuk memaksimalkan asupan nutrisi dan intensitas olahraga sesuai dengan kebutuhan tubuh.

Menariknya lagi, berkat pembaruan pada Galaxy Watch4, sekarang ada fitur tambahan bernama **Body Composition Target**. Jadi, kamu bisa mengatur target dari berbagai elemen komposisi tubuh, mulai dari berat badan hingga kadar lemak, sekaligus mendapat tips dan pengingat tiap harinya yang memotivasi kamu untuk terus berada di jalur yang tepat dalam mencapai target yang telah ditentukan. Dengan fungsi yang komprehensif tersebut, Galaxy Watch4 dapat mendorong kamu mencapai body goals yang kamu impikan. Fitur ini pun bisa membantu kamu menjalani diet dan gaya hidup sehat yang eco-friendly, sehingga kamu tidak hanya bisa mencapai wellness dari sisi fisik, namun juga dari dimensi lingkungan.

---

<sup>1</sup> [ASIAN DEVELOPMENT OUTLOOK 2020 UPDATE: WELLNESS IN WORRYING TIMES](#)

# SAMSUNG

## Jaga kebugaran tubuh bersama Chris Hemsworth

Selain menghadirkan fitur Body Composition bawaan, Galaxy Watch4 juga menyediakan insight komposisi tubuh yang lebih luas dari **Centr**, platform digital fitness yang dikurasi oleh aktor ternama, Chris Hemsworth. Lebih bagusnya lagi, pengguna Galaxy Watch4 juga akan mendapatkan uji coba gratis selama 30 hari untuk semua fitur dan akses di Centr. Ini adalah fitur yang spesial karena normalnya Centr hanya memberikan free trial selama 7 hari. Jadi, kamu bisa menemukan program olahraga hingga pilihan diet yang dapat membantumu mencapai wellness yang maksimal. Kamu bisa mendapatkan promo ini dengan cara langsung sign up ke Centr lewat Samsung Health di [Centr.com](https://www.centr.com).

## Ciptakan kualitas tidur yang nyenyak dengan Sleep Coaching

Di samping olahraga, fisik dan mental juga membutuhkan istirahat untuk pemulihan. Kualitas tidur diketahui dapat mempengaruhi kondisi mental dan juga kapasitas otak untuk menjalankan aktivitas. Untuk itu, fitur Sleep Analysis selalu diandalkan para pengguna seri Galaxy Watch dari waktu ke waktu, di mana penggunaannya mencapai lebih dari 800 juta kali tahun lalu. Fungsi andalan Sleep Analysis seperti data pola bernapas, pola dengkur, hingga kadar oksigen saat tidur, membantu menilai seberapa baik kualitas tidur kamu. Dari data itu, kamu bisa mendapatkan insights berharga yang memudahkan kamu untuk menciptakan tidur yang semakin nyenyak, cukup, dan teratur.

Namun di Galaxy Watch4, fitur andalan ini sudah di-upgrade dengan banyak fitur terobosan terbaru yang tentunya lebih beragam dan menarik. Selain fitur Sleep Analysis, Galaxy Watch4 hadir dengan fitur penunjang istirahat terbaru yaitu **Sleep Coaching** yang akan membantu kamu menjalankan kebiasaan tidur yang lebih baik. Sleep Coach akan melacak pola tidur kamu selama 7 hari sehingga Sleep Symbol Animals dapat diberikan kepada profil tidurmu, berupa satu dari delapan icon binatang yang masing-masing menandakan pola tidur kamu. Contohnya, Lion menandakan kualitas tidur baik sehingga bangun pagi menjadi lebih semangat, atau Penguin yang menandakan bahwa kualitas tidur kurang nyenyak yang menghasilkan perasaan grogi saat bangun.

### Sleep Symbol Animals



Unconcerned Lion



Sensitive Hedgehog



Nervous Penguin



Sun Averse Mole



Cautious Deer



Easygoing Walrus



Alligator on the Hunt



Exhausted Shark



Data di atas kemudian akan digunakan untuk menciptakan program selama 4–5 pekan yang mencakup misi seru yang harus diselesaikan, artikel tentang tidur, arahan meditasi, hingga laporan akhir yang membantu kamu mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik. Pengelompokan Sleep Symbol akan memastikan program untukmu lebih personal dan sesuai kebutuhanmu. Sebagai contoh, bila kamu mencatat bahwa hari itu kamu sulit tertidur, program ini akan memberikan tips, pengingat, ataupun checklist untuk membantumu, seperti menghindari makanan ringan di malam hari, dan tidak mengkonsumsi kafein setelah jam tertentu. Dengan demikian, tidur menjadi lebih berkualitas, membantu kamu mencapai wellness berkat kesehatan mental yang lebih baik.

### **Tetap terhubung dengan akses internet langsung di perangkat**

Galaxy Watch4 adalah smartwatch generasi pertama yang menggunakan Wear OS Powered by Samsung. Platform yang dikembangkan Samsung bersama Google ini memberi pengguna ekosistem aplikasi yang luas dengan pengalaman pengguna yang lebih optimal. Apalagi, ada fitur LTE yang membuat kamu bisa mengakses berbagai aplikasi favorit dengan lebih mudah. Dengan fitur ini, kamu bisa tetap terhubung dengan orang-orang terdekat termasuk ketika sedang olahraga, sehingga kamu bisa menjaga kondisi wellness dari dimensi sosial.

Galaxy Watch4 Series tersedia dalam ukuran 40mm dan 44mm, sedangkan Galaxy Watch4 Classic tersedia dengan pilihan ukuran 42mm dan 46mm. Hingga 31 Maret 2022, pembelian Galaxy Watch4 Classic di [Samsung.com/id](https://www.samsung.com/id) berkesempatan memperoleh cashback sebesar Rp200.000.

- Galaxy Watch4 40mm dibanderol Rp2.999.000, opsi warna Black dan Pink Gold;
- Galaxy Watch4 44mm dibanderol Rp3.499.000, opsi warna Black, Silver, dan Green;
- Galaxy Watch4 LTE 40mm dibanderol Rp 3.999.000, opsi warna Pink Gold;
- Galaxy Watch4 Classic 42mm Bluetooth dibanderol Rp4.499.000, opsi warna Black dan Silver;
- Galaxy Watch4 Classic 46mm Bluetooth dibanderol Rp4.999.000, opsi warna Black dan Silver;
- Galaxy Watch4 Classic 46mm LTE dibanderol Rp5.999.000, opsi warna Black.

Untuk informasi lebih lanjut tentang Samsung Galaxy Watch4 Series, silahkan kunjungi [www.samsung.com/id/offer/galaxy-watch-buds/](https://www.samsung.com/id/offer/galaxy-watch-buds/).

-oOo-

### **Tentang Samsung Electronics Co., Ltd.**

Samsung Electronics Co., Ltd menginspirasi dunia dan membentuk masa depan dengan ide-ide dan teknologi transformatif. Perusahaan ini mendefinisikan ulang dunia televisi, ponsel pintar, wearable, tablet, peralatan digital, sistem jaringan, dan semikonduktor, foundry dan solusi LED. Untuk berita terbaru, silakan mengunjungi Samsung Newsroom di [news.samsung.com](https://news.samsung.com).

Untuk keterangan lebih lanjut:

**Jane Tjondro**

**Public Relations Professional**

PT Samsung Electronics Indonesia

Email: [j.tjondro@samsung.com](mailto:j.tjondro@samsung.com)