

## SIARAN PERS

### Hidup Sehat Dimulai dari Work Life Balance dengan Watch6 Series



*Jalani Work Life Balance dan Buat Gaya Hidup Sehat dengan Galaxy Watch6 Series!*

**Jakarta, 11 Agustus 2023** - Studi<sup>1</sup> terkini menemukan bahwa Gen Z dan milenial semakin mengutamakan *work life balance* dalam menjalani hidup, bahkan menjadikannya pertimbangan utama untuk memilih pekerjaan. Bagi anak-anak muda, menjaga *work life balance* adalah cara mereka mengurangi stres akibat pekerjaan demi mendorong produktivitas sekaligus memelihara kesehatan fisik dan mental. Arti *work life balance* pun semakin penting bagi Gen Z dan milenial seiring meningkatnya preferensi terhadap kerja *remote* atau *hybrid* yang memungkinkan mereka menjaga keseimbangan antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi.

Demi mencapai *work life balance*, kita perlu kelola *load* pekerjaan dengan cermat agar tak menghabiskan sepanjang minggu untuk bekerja. Lalu, luangkan waktu untuk keluarga dan teman hingga menikmati *me time* dengan melakukan hobi dan berolahraga. Tentunya, kamu juga perlu menjaga kesehatan supaya *work life balance* kamu semakin *meaningful*. Untuk membantu kamu menciptakan rutinitas yang efektif demi mencapai *work life balance*, Samsung hadir dengan Galaxy Watch6 Series yang dibekali fitur-fitur *powerful* sebagai solusi untuk jadi *everyday wellness enabler*.

“Pada 2022, pasar *smartwatch* global tumbuh 9% secara *year-on-year*, di mana segmen *smartwatch* premium mengalami peningkatan paling pesat<sup>2</sup>. Tren ini menunjukkan peran *smartwatch* yang semakin penting untuk menunjang rutinitas, termasuk dalam mencapai *work life balance* mengingat *smartwatch* premium memiliki fitur yang lengkap, baik sebagai penunjang produktivitas maupun menjaga kebugaran.

---

<sup>1</sup> [Deloitte Global 2023 Gen Z and Millennial Survey](#)

<sup>2</sup> [Global Smartwatch Shipments Grow 9% YoY in 2022](#)

# SAMSUNG

Dari situ, Galaxy Watch6 Series hadir sebagai *smartwatch* premium yang siap membantu pengguna mendapatkan *work life balance* seutuhnya berkat pengalaman kerja yang *seamless* hingga panduan lengkap menuju gaya hidup yang lebih sehat berkat *connected experience* terbaru di dalam Galaxy Ecosystem,” ujar **Annisa Nurul Maulina, MX Product Marketing Senior Manager Samsung Electronics Indonesia.**

Jadi, kenapa kamu harus punya Galaxy Watch6 Series untuk mencapai *work life balance*? Ini alasannya!

## 1. Membantu Tingkatkan Kualitas Tidur Kamu Layaknya Sleep Coach Pribadi

Menjaga kualitas tidur sangat esensial untuk menjaga kesehatan tubuh dalam mencapai *work life balance*. Dengan pola tidur yang baik, kamu bisa mendapatkan fisik yang lebih bugar dan kondisi mental yang lebih stabil untuk menjaga produktivitas tetap maksimal. Buat kamu yang masih mengalami masalah dalam tidur, Galaxy Watch6 Series hadir layaknya *sleep coach* pribadi untuk meningkatkan kualitas tidur kamu berbekal fitur-fitur yang komprehensif dan *insightful*.



*Galaxy Watch6 Series Tingkatkan Kualitas Tidur Kamu Layaknya Sleep Coach Pribadi*

Galaxy Watch6 Series punya fitur Sleep Coaching yang akan menampilkan *to-do-list* untuk kamu lakukan tiap harinya demi mendapatkan tidur yang berkualitas. Adapun panduan tersebut dibuat berdasarkan *monitoring* terhadap pola tidur kamu selama 7 hari berturut-turut selama seminggu, yakni 5 hari kerja dan 2 hari libur. Jadi, kamu akan mendapatkan *to-do-list* yang *personalized* dan benar-benar dirancang untuk kamu seorang agar hasilnya maksimal.

Ada baiknya, sebelum *monitoring* pola tidur dilakukan, kamu memasukkan jadwal kerja dalam seminggu agar hasil *monitoring* lebih akurat. Data tersebut membantu Galaxy Watch6 Series dalam menentukan seberapa banyak waktu istirahat yang kamu butuhkan dan apa saja yang perlu kamu lakukan untuk mendapatkannya.

## 2. Memberikan Motivasi Lebih untuk Kamu Rutin Olahraga

# SAMSUNG

Selain menjaga kualitas tidur, saatnya perhatikan kesehatan tubuh secara optimal untuk mendapatkan *work life balance* yang utuh. Salah satu kegiatan yang bisa dilakukan untuk menjaga kebugaran adalah rutin berolahraga. Untuk memotivasi kamu dalam menjalani olahraga secara teratur, Galaxy Watch6 Series hadir dengan fitur-fitur inovatif yang membuat rutinitas *workout* semakin maksimal.

Berkat fitur Workout Tracking yang telah disempurnakan, Galaxy Watch6 Series mampu mengkaji hingga 3 jenis olahraga secara bersamaan. Jadi, saat kamu sudah *set workout routine* yang terdiri dari *stretching*, *jogging*, hingga yoga, kamu bisa *track progress* dari tiap *workout* untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Kamu pun bisa membuat Custom Workout dengan 100 pilihan olahraga untuk menciptakan *workout routine* yang paling cocok dengan kemampuan dan kebutuhan tubuh



*Makin Semangat Olahraga dengan Galaxy Watch6 Series*

Buat kamu yang suka lari, Galaxy Watch6 Series juga punya fitur Track Run yang akan merekam aktivitas lari untuk membantu kamu meningkatkan *form* dengan lebih baik dari waktu ke waktu. Menariknya, Galaxy Watch6 Series juga punya fitur Personalized Heart Rate Zone yang bisa mendeteksi 5 *zona heart rate* untuk *remind* kamu agar tetap berlari sesuai kemampuan dan tidak mendorong tubuh terlalu jauh untuk menjaga kondisi jantung tetap sehat. Personalized Heart Rate Zone pun juga bermanfaat untuk membantu kamu terhindar dari *overtrained* saat kamu olahraga sendiri di dalam rumah.

Supaya motivasi kamu dalam berolahraga secara rutin semakin kuat, Galaxy Watch6 Series juga hadir dengan berbagai pilihan *watch face* unik nan menarik. Salah satu contohnya, kamu bisa menampilkan Info Modula di tampilan *dial* dari *smartwatch* untuk mengetahui kemajuan dari rutinitas lari kamu. Lalu, kamu juga bisa menampilkan Daily Number Activity untuk mengetahui berapa banyak kamu melangkah hingga membakar kalori dalam sehari. Tak ketinggalan, Galaxy Watch6 Series juga mampu mengingatkan pengguna untuk tetap aktif bergerak jika sudah terlalu lama duduk di depan laptop.

### 3. Punya Konektivitas Galaxy Ecosystem Supaya Kerja Makin Total

*Work life balance* salah satunya bisa dicapai dengan memberikan kinerja terbaik saat bekerja. Dengan produktivitas maksimal di jam kerja, kita bisa pakai waktu luang untuk *quality time* bareng keluarga dan teman hingga *me time* dengan olahraga, main *game*, *streaming* film dan *series*, maupun melakukan hobi. Untuk membantu kamu lebih produktif, Galaxy Watch6 Series hadir dengan konektivitas antar perangkat terdepan di dalam Galaxy Ecosystem yang membuat pengalaman bekerja jadi lebih *seamless*.

Pengguna Galaxy Watch6 Series dapat menggunakan WhatsApp langsung dari *smartwatch* untuk tetap terhubung dengan rekan kerja kapan saja, di mana saja. Galaxy Watch6 Series juga sudah terintegrasi dengan beragam aplikasi penunjang produktivitas, seperti Outlook dan To-Do List, jadi kamu bisa akses *email* hingga *set up meeting schedule* langsung dari *smartwatch*. Tiap aktivitas yang dilakukan di Galaxy Watch6 Series pun akan diteruskan ke *apps* yang tersimpan di perangkat lain seperti *smartphone*, tablet, dan laptop, jadi kamu tak perlu kerja dua kali.



*Kerja Makin Produktif dengan Konektivitas Galaxy Watch6 Series dan Galaxy Ecosystem*

Buat kamu yang masih *work from home* (WFH), Galaxy Watch6 Series juga siap *boost* produktivitas di rumah. Kamu bisa menghubungkan Galaxy Watch6 Series ke *smart device* lainnya melalui Smart Things untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih nyaman. Di sini, kamu bisa atur AC hingga lampu di ruang kerja agar menyala otomatis di jam-jam biasa kamu mulai bekerja. Kamu juga bisa *connect* Spotify di Galaxy Watch6 Series ke *speaker* untuk setel *playlist* andalan yang bikin kamu lebih semangat bekerja.

**Dapatkan Galaxy Watch6 Series dan mulai capai *work life balance* sekarang!**

Siapa mendapatkan *work life balance* yang utuh? Mulai perjalanan kamu dengan Galaxy Watch6 Series yang terdiri dari Galaxy Watch6 dan Galaxy Watch6 Classic yang dirancang sesuai preferensi pengguna.

# SAMSUNG

Galaxy Watch6 didesain untuk kamu yang *simple* dan *trendy*, sedangkan Galaxy Watch6 Classic yang mengusung *rotating bezel* ikonis cocok buat kamu yang elegan.

Galaxy Watch6 tersedia dalam ukuran 40mm (Rp3.999.000) dengan opsi warna Graphite dan Gold serta ukuran 44mm (Rp4.499.000) dengan pilihan warna Graphite dan Silver. Adapula Galaxy Watch6 Classic yang hadir dalam balutan warna Black dan Silver dengan pilihan ukuran 43mm (Rp5.499.000) dan 47mm (Rp5.999.000). Kamu pun bisa melengkapi Galaxy Watch6 Series pilihan kamu dengan berbagai macam *strap* yang terjual secara terpisah, mulai dari Fabric Band dan Hybrid Eco-leather yang *stylish* serta Sport Band dan Extreme Sport Band yang memberi kenyamanan lebih saat dipakai untuk berolahraga.

Galaxy Watch6 Series tersedia secara *preorder* sampai 17 Agustus 2023 di [Samsung.com/id](https://www.samsung.com/id) serta mitra Samsung seperti [Blibli](#), [Tokopedia](#), [Shopee](#), [Lazada](#), [Eraspaces](#), [Akulaku](#), [Tiktok Shop](#), dan [Dinomarket](#). Setiap pemesanan Galaxy Watch6 Classic akan disertai bonus tambahan berupa Travel Adaptor 15W. Khusus untuk Purchase with Purchase dengan Galaxy Z Flip5, Galaxy Z Fold5, atau Galaxy Tab9 Series, konsumen berkesempatan mendapat *cashback* tambahan hingga Rp750.000. Jika konsumen melakukan pembayaran *preorder* dengan metode cicilan kartu kredit, konsumen juga dapat memperoleh *cashback* tambahan hingga Rp400.000.

Informasi lebih lanjut tentang Galaxy Watch6 Series bisa dilihat di [www.samsung.com/id](https://www.samsung.com/id).

-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:

**Fia Handayani**

**Public Relations Manager**

PT Samsung Electronics Indonesia

Email: [f.handayani@samsung.com](mailto:f.handayani@samsung.com)