

SIARAN PERS

Berikut Kebiasaan Sehat Luna Maya Dalam Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental, Mau Coba?

Samsung Galaxy Z Flip3 5G merupakan smartphone andalan yang cocok untuk mendampingi kamu menyeimbangkan kesehatan fisik dan mental, seperti Luna Maya

Jakarta – 29 Oktober 2021 – Makin hari, menjaga kesehatan fisik dan mental menjadi makin penting untuk kita semua, dan olahraga punya manfaat besar dalam meningkatkan kebugaran badan serta membantu menjaga kesehatan mental. Kalau kamu pernah merasa berat untuk memulainya atau sulit untuk konsisten, kamu bisa menggunakan *smartphone* dan *wearable* sebagai perangkat penunjang olahraga dan gaya hidup yang maksimal. Dalam hal ini, Samsung Galaxy Z Flip3 5G, lengkap dengan ekosistem yang komprehensif berkat adanya *wearables* Galaxy Watch4 dan Galaxy Buds2, mampu menjadi *ultimate companion* bagi kamu di setiap perjalanan yang kamu lalui untuk tetap sehat, baik secara fisik maupun mental, berkat fitur-fitur inovatifnya.

“Menjadi sehat secara fisik maupun mental adalah hal yang perlu kita terus jaga dalam menjalani hidup. Maka dari itu, Galaxy Z Flip3 hadir sebagai pendamping yang sempurna bagi pengguna dalam menjaga kebugaran dan *mindfulness*, apa pun olahraga dan kesibukan yang dijalannya. Samsung pun mengajak konsumen untuk memaksimalkan fitur-fitur Galaxy Z Flip3 serta ekosistem Samsung Galaxy yang komprehensif melalui sinkronisasi yang *seamless* antara *smartphone* layar lipat tersebut dengan *wearables* terbaru Samsung, yakni Galaxy Watch4 dan Galaxy Buds2, untuk menjadikan rutinitas olahraga begitu terpersonalisasi dan menyenangkan sesuai dengan apa yang kamu butuhkan,” ujar **Taufiqul Furqan, Product Marketing Manager Samsung Mobile, Samsung Electronics Indonesia**.

Luna Maya, aktris dan model, telah merasakan pengalaman menggunakan Galaxy Z Flip3 yang membuatnya bisa lebih *enjoy* saat *workout* dan bikin pengalaman olahraganya jadi lebih menyenangkan. “*For me personally*, olahraga harus tetap *fun* supaya *nggak* gampang *bosen* dan bisa terus konsisten *jalaninnya*. Galaxy Z Flip3 ini bisa *banget* untuk *elevate workout routine* aku jadi lebih seru, yang pastinya bikin aku makin termotivasi untuk jaga kesehatan fisik dan mental dengan seimbang. Aku bisa *puter* playlist *workout* aku dengan lebih praktis tanpa ribet buka *handphone*, bikin *group workout* sama *temen-temen* lewat *video conference*, sampai bikin konten *fit journey* aku lebih mudah *and fun*, ini yang *belum* pernah aku *dapetin* di *smartphone* lainnya. Pengalamannya juga jadi lebih *all in* karena aku *pairing* dengan Galaxy Watch4 dan Galaxy Buds2, *to stay active and healthy becomes more easier*,” ujar **Luna**.

Berikut cara Luna Maya menjalani *fit journey* yang mampu menyeimbangkan kesehatan fisik dan mental dengan lebih maksimal:

Tingkatkan fokus untuk hasil yang maksimal

Luna menganggap musik sebagai elemen penting yang tidak boleh terlewat ketika ia berolahraga untuk membuat dia menjadi lebih fokus. Apalagi, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mendengar musik dapat menjadi *mood booster* yang tentunya bikin kita menjadi lebih semangat saat olahraga. Selain itu, musik juga dapat membantu mengurangi rasa lelah sehingga proses *recovery* bisa lebih cepat. Dalam hal ini, Luna memaksimalkan Galaxy Z Flip3 yang mengusung Cover Screen dengan berbagai pilihan *widget*, salah satunya *widget* untuk aplikasi musik seperti

SAMSUNG

Spotify. Jadi, hanya dengan sekali *touch* di Cover Screen, Luna bisa mengganti lagu yang sedang diputar di Spotify dengan praktis, membuatnya bisa tetap fokus olahraga.



Ditambah, Luna juga suka *pairing* Galaxy Z Flip3 dengan Galaxy Buds2 yang tidak hanya memberikan kualitas audio yang *immersive*, tapi juga dapat memaksimalkan pengalaman mendengarkan yang tidak terganggu suara notifikasi. Hal ini menjadi mungkin berkat fitur **Separate Sound** di bagian pengaturan Galaxy Z Flip3, jadi pengguna tidak perlu khawatir akan terganggu suara notifikasi yang dapat mengganggu musik yang lagi sedang didengarkan saat berolahraga karena suara tersebut dapat diatur untuk tidak muncul ketika sedang menggunakan Galaxy Buds2. Tak hanya itu, kamu juga bisa gunakan **Active Noise Cancelling (ANC)** pada Galaxy Buds2 untuk meminimalisir gangguan suara eksternal.

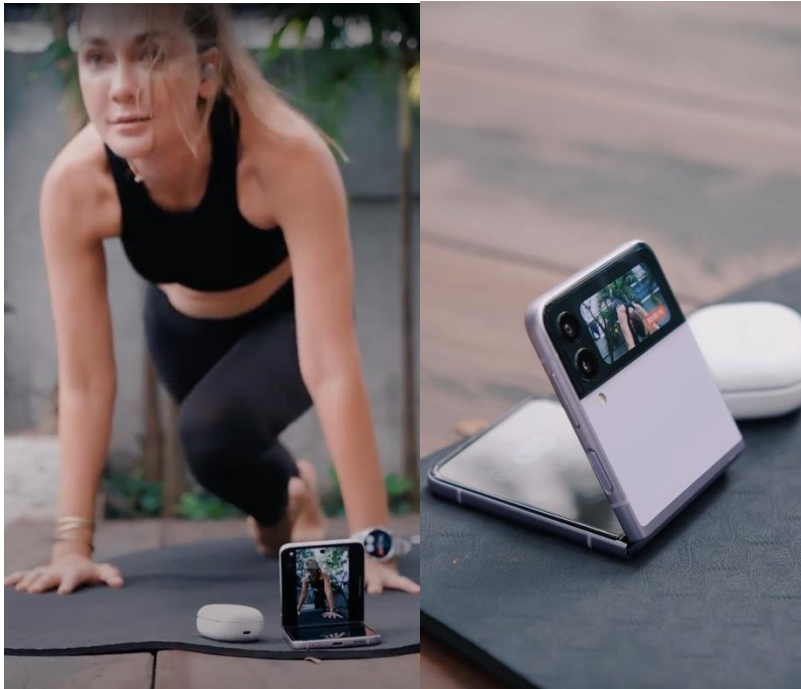


SAMSUNG

Selain mendengarkan musik, Luna juga sadar bahwa menjaga kualitas tidur merupakan salah satu elemen penting untuk menjaga fokus ketika berolahraga di kemudian hari. Oleh karena itu, Luna rutin memeriksa pola tidurnya di Galaxy Z Flip3 melalui aplikasi Samsung Health yang sudah terintegrasi dengan Galaxy Watch4 yang mampu memonitor pola bernapas dan dengkur hingga kadar oksigen saat tidur. Tak hanya itu, dengan health monitoring pada Galaxy Watch4, kamu juga bisa memantau kondisi tubuh mulai dari *heart rate*, *blood pressure*, hingga mengukur *body composition*, pertama dari perangkat *wearables*. Semuanya dapat tersinkronisasi secara *real time* langsung ke perangkat Galaxy Z Flip3.

Bikin pengalaman olahraga menjadi lebih menyenangkan untuk tetap termotivasi

Bagi Luna Maya menjadikan sesi olahraga menyenangkan *is a must*. Salah satunya adalah berolahraga sambil dijadikan konten. "Bikin konten *healthy lifestyle* dari olahraga, kebiasaan sehat sampai *relaxing my mind is so simple, all wrapped in a compact stylish look* yang melengkapi gaya personal aku, *just what I need to flip my way throughout the day. My favorite feature* itu Flex Mode-nya, kalau lagi mau bikin konten *working out* sendirian nggak perlu ribet karena ada hands-free photo dan video dan bahkan nggak perlu megang *handphone* nya langsung. Kadang kalau udah ambil posisi, males kan bolak balik *press record*, sekarang *i just need to wave my hands* langsung deh *recording*," ujar Luna.



Prinsip berolahraga harus menyenangkan juga dianut oleh Didiet Maulana, desainer ternama dan *healthy lifestyle enthusiast*. Bagi Didiet, yang sedang menjalani *healthy lifestyle* dengan berolahraga dan mengatur makan, ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk membuat olahraga menjadi lebih menyenangkan dan tentunya meningkatkan motivasi, salah satunya adalah dengan membuat konten. Sebagai pengguna Z Flip generasi pertama, peningkatan-peningkatan yang ada pada Galaxy Z Flip3 menambah antusiasme Didiet untuk membuat konten-konten yang memberikan *challenge* positif untuk gaya hidup yang lebih sehat baik fisik maupun mental.

"Aku udah pake Galaxy Z Flip sejak awal diluncurkan, and I can say confidently that I really love how compact it is. But the new Galaxy Z Flip3 is taking it to another level, jauh lebih kokoh dan fitur-fiturnya udah di upgrade banget.

Aku lagi hobi membuat konten *my fit journey* dan *share* di media sosial, *because my way of motivating myself is by sharing my journey to others*. Nah, kalau udah pake Galaxy Z Flip3, bikin konten jadi lebih gampang gak perlu repot *nyiapin tripod* atau alat-alat lainnya jadi olahraga pun lebih *enjoyable*. Hasil kamera depan dan belakangnya pun sama-sama keren, jadi *nggak* perlu banyak *edit* udah langsung siap *upload*. Terus *handphone* ini juga udah *water resistant*, ini ngaruh banget buat aku bikin konten jadi *worry-less*,” ujar **Didiet**.

Untuk merekam dengan kamera belakang, Didiet tinggal menggunakan fitur Dual Preview dan melihat tampilan gambar di Cover Screen untuk menentukan *angle* yang paling pas. Ditambah lagi, Cover Screen Galaxy Z Flip3 sudah lebih besar dibanding pendahulunya yang membuat tampilan menjadi lebih nyaman. Hal yang sama juga dirasakan oleh Luna, baginya Galaxy Z Flip3 tidak hanya mendukung aktivitas sehari-hari secara fungsional tapi juga membuat pengalaman menjadi lebih seru.

Menyempatkan waktu untuk *self-healing*

Olahraga secara rutin adalah hal yang penting, namun tak kalah penting juga bagi kita untuk memberikan waktu bagi tubuh kita untuk recovery. Luna sendiri memberi perhatian khusus untuk melakukan *self-healing* dengan caranya sendiri untuk menyeimbangkan kesehatan fisiknya dan juga *wellbeing* secara utuh. Dalam hal ini, Luna begitu memaksimalkan Galaxy Z Flip3 untuk menikmati pengalaman yang lebih menyenangkan dalam melakukan berbagai kegiatan yang ia sukai.

Luna diketahui sebagai seorang Army, atau fans BTS. Maka dari itu, ia suka menonton berbagai konten yang berhubungan dengan BTS, mulai dari video musik, konser, hingga vlog yang menggambarkan keseharian mereka. Supaya pengalaman *fangirling*-nya jadi lebih maksimal, Luna menggunakan Galaxy Z Flip3 untuk menonton berbagai konten tersebut. Dengan adanya fitur Flex Mode, dia bisa menonton secara *hands-free* sambil memegang aksesori BTS untuk keseruan yang total. Selain praktis, dengan display Dynamic AMOLED 2X dan teknologi Dolby Atmos yang disematkan dalam Galaxy Z Flip3 pengalaman multimedia menjadi lebih sempurna.

Baik Luna maupun Didiet juga sepakat bahwa Galaxy Z Flip3 memberikan kenyamanan lebih untuk digunakan saat sedang berolahraga atau berkegiatan *outdoor*. Pasalnya, *smartphone* layar lipat tersebut telah dilengkapi dengan sertifikasi IPX8 yang membuatnya tahan terhadap paparan air. Jadi, ketika mereka tak sengaja menumpahkan air minum ke Galaxy Z Flip3, atau ketika tiba-tiba hujan turun saat sedang olahraga *outdoor*, mereka tak perlu khawatir kalau perangkat tersebut akan rusak, bahkan mereka bisa langsung menggunakannya seperti tidak terjadi apa-apa.

Ingin menyeimbangkan kesehatan fisik dan mental dengan lebih menyenangkan seperti Luna Maya dan Didiet Maulana? Kamu bisa datang ke *Consumer Launch* Galaxy Z Fold3 5G dan Galaxy Z Flip3 5G serta Galaxy Watch4 Series dan Galaxy Buds2 yang masih akan berlangsung pada 27 hingga 31 Oktober 2021 di Summarecon Mall Serpong, Atrium Oval. Kamu bisa menikmati pengalaman canggih fitur Galaxy Z Fold3 5G dan Z Flip3 5G: *form factor* yang bisa dilipat, *hands-free* bikin konten, produktif dengan Multi Window, hingga berkreasi dan menonton tanpa gangguan dengan *Under Display Camera*.

Galaxy Z Fold3 5G dibanderol senilai Rp24.999.000 (12GB/256GB) dan Rp26.999.000 (12GB/512GB) dengan tiga pilihan warna, yaitu *Phantom Black*, *Phantom Green*, dan *Phantom Silver*. Galaxy Z Flip3 5G, yang tersedia dalam pilihan warna *Cream*, *Green*, *Lavender*, dan *Phantom Black*, bisa didapat dengan harga Rp14.999.000 (8GB/128GB) dan Rp15.999.000 (8GB/256GB). Selama kegiatan *Consumer Launch* konsumen bisa menikmati berbagai keuntungan dengan nilai hingga Rp4.199.000, yaitu berupa:



- Perlindungan Samsung Care+ hingga 6 bulan senilai Rp1.699.000 yang salah satunya memberikan garansi akan kerusakan terhadap paparan air;
- *Cashback* hingga Rp1.000.000 dengan kemudahan 0% *installment* hingga 24 bulan
- Aksesori dari desainer ternama senilai Rp1.500.000
- 20 pembeli pertama akan mendapatkan boks berdesain eksklusif.

Untuk informasi lebih lanjut tentang Samsung Galaxy Z Flip3 5G, silakan kunjungi www.samsung.com/id/

Untuk mengakses *media assets* dan *in-depth stories*, silakan kunjungi ruang pers virtual kami di www.samsungmobilepress.com

-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.

Untuk keterangan lebih lanjut:

Fia Handayani

Public Relations Manager

Samsung Electronics Indonesia

Phone: 021-2958 8000

Email: f.handayani@samsung.com