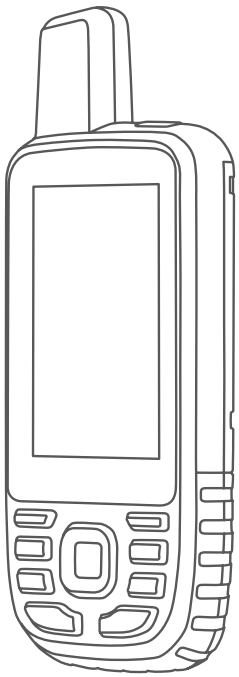
GARMIN®



GPSMAP 67

Panduan

Rev. A

© 2023 Garmin Ltd. atau anak perusahaannya

Seluruh hak cipta dilindungi. Di bawah hukum hak cipta, manual ini tidak dapat disalin, secara keseluruhan atau sebagian, tanpa izin tertulis dari Garmin. Garmin berhak untuk mengubah atau meningkatkan produk dan untuk membuat perubahan dalam isi manual ini tanpa pemberitahuan sebelumnya kepada setiap orang atau organisasi dari perubahan atau perbaikan tersebut. Kunjungi *Garmin.co.id* untuk pembaruan terkini dan informasi tambahan mengenai penggunaan produk ini.

Garmin, logo Garmin, ANT+, Auto Lap, AutoLocate, City Navigator, GPSMAP, inReach, TracBack, VIRB, dan Xero adalah merek dagang dari Garmin Ltd. atau anak perusahaannya yang terdaftar di AS dan negara lain. BaseCamp, chirp, Connect IQ, Garmin Connect, Garmin Explore, Garmin Express, Garmin HuntView, dan tempe, adalah merek dagang dari Garmin Ltd. atau anak perusahaannya. Merek-merek dagang tersebut tidak dapat digunakan tanpa izin tertulis dari Garmin.

Android™ adalah merek dagang dari Google Inc. Apple® dan Mac® adalah merek dagang dari Apple Inc., terdaftar di AS dan negara-negara lainnya. Tanda tulisan dan logo Bluetooth® dimiliki oleh Bluetooth SIG, Inc. dan penggunaan merek tersebut oleh Garmin berada di bawah lisensi. iOS ® adalah merek dagang terdaftar dari Cisco Systems, Inc. yang digunakan di bawah lisensi Apple Inc. microSD™ dan logo microSDHC adalah merek dagang dari SD-3C, LLC. NMEA® adalah merek dagang terdaftar dari National Marine Electronics Association. Wi-Fi® adalah merek dagang terdaftar dari Wi-Fi Alliance Corporation. Windows® adalah merek dagang terdaftar dari Microsoft Corporation di Amerika Serikat dan negara-negara lain. Merek dagang dan nama dagang lainnya adalah milik masing-masing pemegang merek.

M/N: A04624

Daftar Isi

Pengenalan 1
Untuk Memulai 1
Mengisi Daya Perangkat GPSMAP 67 1
Tombol 1
Menyalakan Perangkat 1
Mengunci Tombol 1
Menyalakan Lampu Latar 1
Menyesuaikan Lampu Latar 2
Memperoleh Sinyal Satelit 2
GPS dan Sistem Satelit Lainnya 2
Menggunakan Halaman Utama 2
Membuka Menu Utama 2
Peta 2
Menavigasi dengan Peta 2
Mengukur Jarak pada Peta 2
Pengaturan Halaman Peta 3
Kompas 3
Menavigasi dengan Kompas 3
Menggunakan Penunjuk Jalur 3
Menavigasi dengan Sight 'N Go 4
Memproyeksikan Waypoint dari Lokasi Anda Saat Ini 4
Pengaturan Kompas 4
Komputer Perjalanan 5
Pengaturan Komputer Perjalanan 5
Altimeter 5
Pengaturan Plot Altimeter 5
Navigasi 6
Halaman FIND 6
Menavigasi ke Tujuan 6
Menemukan Lokasi Dekat Lokasi Lainnya 6
Waypoint 6
Menyimpan Lokasi Anda Saat Ini sebagai Waypoint 6
Menyimpan Lokasi di Peta sebagai Waypoint 6
Menavigasi Ke Waypoint 6
Mencari Waypoint yang Disimpan 6
Mengedit Waypoint 7
Menghapus Waypoint 7
Mengganti Foto Waypoint 7
Meningkatkan Akurasi Lokasi Waypoint 7
Memproyeksikan Waypoint dari Waypoint yang Sudah Disimpan 7
Memindahkan Waypoint pada Peta 7
Menemukan Lokasi Dekat Waypoint 7
Mengatur Alarm Kedekatan Waypoint 7
Menambahkan Waypoint ke Rute 7
Memposisikan Ulang Waypoint ke Lokasi Anda Saat Ini 7
Rute 8
Membuat Rute Menggunakan Perencana Rute 8
Membuat Rute Menggunakan Peta 8
Menavigasi Rute yang Disimpan 8
Mengedit Rute 8
Mengedit Nama Rute 8
Melihat Rute pada Peta 8
Melihat Plot Ketinggian pada Rute 8
Membalikkan Rute 8
Menghapus Rute 8
Rekaman 9
Pengaturan Perekaman 9
Melihat Aktivitas Saat Ini 9
Navigasi Menggunakan TracBack 9
Menghentikan Aktivitas Saat Ini 10
Menyimpan Aktivitas Saat Ini 10
Jalur 10
Membuat Jalur 10
Membuat Jalur Menggunakan Peta 10
Menavigasi Jalur Tersimpan 11
Mengedit Jalur 11
Mengedit Nama Jalur 11
Melihat Jalur Tersimpan di Peta 11
Melihat Plot Ketinggian Jalur 11
Membalikkan Jalur 11
Membuat Track atau Rute dari Jalur Tersimpan 11
Menghapus Jalur 11
Peta Opsional 11
Membeli Peta Tambahan 12
Mencari Alamat 12
Fitur-fitur Terhubung 12
Persyaratan Fitur Terhubung 12
Menghubungkan Smartphone dengan Perangkat Anda 12
Notifikasi Ponsel 12
Melihat Notifikasi Ponsel 13
Menyembunyikan Notifikasi 13
Mengatur Notifikasi 13

Menghubungkan ke Jaringan Nirkabel 13
Fitur Connect IQ 13
Mengunduh Fitur-fitur Connect IQ 13
Mengunduh Fitur-fitur Connect IQ Menggunakan Komputer 13
Melihat Widget Connect IQ 13
Garmin Explore 13
Alat Menu Utama 13
Melihat Prakiraan Active Weather 14
Melihat Peta Active Weather 15
Menambahkan Lokasi Active Weather 15
Petualangan Garmin 15
Mengirim File ke dan dari BaseCamp 15
Membuat Petualangan 15
Memulai Petualangan 15
Kalkulasi Ukuran Sebuah Area 16
Menggunakan Lampu Senter 16
Geocache 16
Mendaftarkan Perangkat Anda di Geocaching.com 16
Mengunduh Geocache Menggunakan Komputer 16
Mencari Geocache 16
Mencari Geocache di Peta 17
Menyaring Daftar Geocache 17
Melihat Detail Geocache 17
Menavigasi ke Geocache 17
Mencatat Upaya di Log 17
chirp 18
Menghapus Data Geocache Live dari Perangkat 18
Menghapus Pendaftaran Perangkat Anda dari Geocaching.com 18
Menandai dan Memulai Navigasi ke Lokasi Man Overboard 18
Mengunduh Peta 18
Mengaktifkan Peta 18
Menghapus Peta 18
Memilih Profil 18
Mengatur Alarm Kedekatan 19
Mengedit atau Menghapus Alarm Kedekatan 19
Halaman Satelit 19
Pengaturan Satelit GPS 19
Mengirim dan Menerima Data Secara Nirkabel 19
Menggunakan Remote VIRB 19
Menggunakan Remote inReach 19
Menyesuaikan Perangkat 20
Menyesuaikan Kolom Data 20
Menu Setup 20
Pengaturan Sistem 20
Pengaturan Tampilan 21
Pengaturan Bluetooth 21
Pengaturan Wi-Fi 21
Pengaturan Perutean 21
Menyalakan Mode Ekspedisi 22
Mengatur Nada Perangkat 22
Pengaturan Geocaching 22
Menghubungkan Sensor Nirkabel Anda 22
Pengaturan Kebugaran 22
Pengaturan Marine 22
Pengaturan Menu 23
Pengaturan Format Posisi 23
Mengubah Satuan Ukur 24
Pengaturan Waktu 24
Profil 24
Mereset Data dan Pengaturan 24
Informasi Perangkat 25
Update Produk 25
Menyiapkan Garmin Express 25
Mendapatkan Informasi Lebih Lanjut 25
Memasang Jepit Karabiner 25
Melepas Jepit Karabiner 25
Memasang Lanyard 25
Perawatan Perangkat 25
Membersihkan Perangkat 25
Manajemen Data 25
Tipe Berkas 25
Memasang Kartu Memori 26
Menghubungkan Perangkat ke Komputer 26
Memindahkan Berkas ke Perangkat Anda 26
Menghapus Berkas 26
Melepas Kabel USB 26
Spesifikasi 26
Melihat Informasi Peraturan dan Kepatuhan E-label 27
Apendiks 27
Kolom Data 27
Aksesori Opsional 29
tempe 29

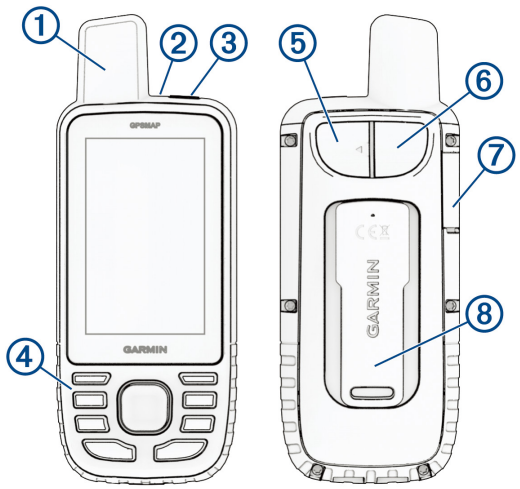
Tips untuk Menghubungkan Sensor Nirkabel ..29
Pemecahan Masalah 29
Memaksimalkan Masa Pakai Baterai 29
Penyimpanan Jangka Panjang.....29
Memulai Ulang Perangkat 29
Tentang Zona Denyut Jantung.....30
Target Kebugaran.....30
Perhitungan Zona Denyut Jantung 30

Pengenalan

⚠ PERINGATAN

Lihat panduan *Informasi Penting Terkait Produk dan Keselamatan* dalam kemasan produk untuk peringatan produk dan informasi penting lainnya.

Untuk Memulai



①	Antena GNSS
②	LED Status
③	Tombol daya
④	Tombol
⑤	Port USB (di bawah penutup karet)
⑥	Senter
⑦	Slot kartu microSD® (di bawah penutup karet)
⑧	Punggung perangkat

Mengisi Daya Perangkat GPSMAP 67

PEMBERITAHUAN

Untuk mencegah korosi, pastikan port mini-USB, penutup karet, dan area sekitarnya benar-benar kering sebelum mengisi baterai atau menghubungkan perangkat ke komputer.

CATATAN: Perangkat tidak akan diisi bila berada di luar rentang suhu yang disetujui (*Rentang suhu pengisian, halaman 27*).

1. Angkat penutup karet ①.

2. Colokkan ujung kecil kabel daya ke port pengisian ② pada perangkat.
3. Colokkan ujung lain kabel daya ke adaptor daya AC yang kompatibel.
4. Colokkan adaptor daya AC ke soket dinding standar.

   Perangkat menampilkan tingkat pengisian daya saat ini.

Tombol

FIND	Tekan untuk membuka menu cari. Tahan untuk menandai lokasi saat ini sebagai lokasi man overboard (MOB) dan mengaktifkan navigasi.
MARK	Tekan untuk menyimpan lokasi Anda saat ini sebagai waypoint.
QUIT	Tekan untuk membatalkan atau kembali ke menu atau halaman sebelumnya. Tekan untuk menelusuri halaman utama.
ENTER	Tekan untuk memilih opsi dan melihat pesan. Tekan untuk mengontrol perekaman aktivitas saat ini (dari halaman utama).
MENU	Tekan untuk membuka menu pilihan pada halaman yang sedang terbuka. Tekan dua kali untuk membuka menu utama (dari halaman mana pun).
PAGE	Tekan untuk menelusuri halaman utama.
▲▼◀▶	Tekan untuk memilih pilihan menu dan memindahkan kursor peta.
+	Tekan untuk memperbesar tampilan peta.
−	Tekan untuk memperkecil tampilan peta.

Menyalakan Perangkat

Tekan dan tahan ⏻.

Mengunci Tombol

Anda dapat mengunci tombol untuk mencegah penekanan tombol yang tidak disengaja.

1. Tekan ⏻ untuk membuka halaman status.
2. Pilih **Kunci Tombol**.

Menyalakan Lampu Latar

Tekan tombol apa saja untuk menyalakan lampu latar.

Lampu latar akan menyala otomatis saat peringatan dan pesan ditampilkan.

Menyesuaikan Lampu Latar

1. Tekan ⏻ untuk membuka halaman status.
2. Pilih ✚ dan ▬ untuk menyesuaikan kecerahan.

   CATATAN: Untuk memaksimalkan masa pakai baterai, layar akan dimatikan secara otomatis saat lampu latar mati. Anda bisa memilih **Pengaturan** > **Tampilan** untuk menyesuaikan pengaturan lampu latar dan layar.

Memperoleh Sinyal Satelit

Mungkin diperlukan 30 sampai 60 detik untuk memperoleh sinyal satelit.

1. Beranjaklah dari ruangan ke area terbuka.
2. Jika perlu, nyalakan perangkat.
3. Silakan tunggu sementara perangkat mencari sinyal satelit.

   ? berkedip ketika perangkat mencari lokasi GNSS Anda.

   pada bilah status menunjukkan kekuatan sinyal satelit.

Ketika telah mendapatkan sinyal satelit, perangkat akan secara otomatis merekam jalur Anda sebagai aktivitas.

GPS dan Sistem Satelit Lainnya

Menggunakan GPS dan sistem satelit lainnya secara bersamaan menawarkan performa lebih di lingkungan yang sulit dan akuisisi posisi yang lebih cepat. Menggunakan beberapa sistem sekaligus dapat mengurangi masa pakai baterai lebih cepat dibandingkan dengan hanya menggunakan GPS.

Perangkat Anda dapat menggunakan Global Navigation Satellite System (GNSS) berikut. Sistem multi-band menggunakan beberapa band frekuensi yang memungkinkan pencatatan track yang lebih konsisten, pemosisian yang lebih baik, serta kesalahan multi-path dan atmosfer yang lebih sedikit saat menggunakan perangkat dalam lingkungan yang menantang.

CATATAN: Anda bisa melihat lokasi satelit dan sistem satelit yang tersedia di halaman satelit (*Halaman Satelit, halaman 19*).

GPS: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Amerika Serikat.

GPS multi-band: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Amerika Serikat menggunakan sinyal L5 yang ditingkatkan.

GLONASS: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Rusia.

GALILEO: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Badan Antariksa Eropa.

GALILEO multi-band: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Badan Antariksa Eropa menggunakan sinyal L5 yang ditingkatkan.

QZSS multi-band: Konstelasi satelit yang dibangun oleh Jepang menggunakan sinyal L5 yang ditingkatkan.

IRNSS (NavIC): Konstelasi satelit yang dibangun oleh India menggunakan sinyal L5 yang ditingkatkan.

Menggunakan Halaman Utama

Informasi yang diperlukan untuk mengoperasikan perangkat ini dapat dilihat di halaman menu utama, peta, kompas, dan komputer perjalanan.

Tekan **PAGE** atau **QUIT** untuk menelusuri halaman utama.

Halaman yang ditampilkan di tengah akan terbuka secara otomatis.

Membuka Menu Utama

Menu utama memberi Anda akses ke alat dan layar pengaturan untuk waypoint, aktivitas, rute, dan banyak lagi (*Alat Menu Utama, halaman 13*, *Menu Setup, halaman 20*).

Dari halaman mana pun, tekan **MENU** dua kali.

Peta

▲ mewakili lokasi Anda di peta. Saat Anda bepergian, ▲ bergerak dan menampilkan jalur Anda. Tergantung pada tingkat perbesaran, nama dan simbol waypoint muncul di peta. Anda dapat memperbesar peta untuk melihat detail lainnya.

Saat Anda menavigasi ke tujuan, rute Anda ditandai dengan garis berwarna pada peta.

Menavigasi dengan Peta

1. Mulai lakukan navigasi ke tujuan (*Menavigasi ke Tujuan, halaman 6*).
2. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta.

   Segitiga biru mewakili lokasi Anda pada peta. Saat Anda bepergian, segitiga bergerak dan menampilkan jalur Anda.
3. Lengkapi satu atau beberapa tindakan di bawah:
   - Untuk menampilkan area yang berbeda pada peta, tekan ▲, ▼, ◄, atau ►.
   - Untuk memperbesar dan memperkecil peta, tekan ✚ dan ▬.
   - Untuk melihat informasi waypoint di peta (ditandai dengan sebuah ikon) atau lokasi lain, pindahkan kursor peta ke lokasi, dan tekan **ENTER**.

Mengukur Jarak pada Peta

Anda dapat mengukur jarak antara beberapa lokasi.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Ukur Jarak**.
4. Tekan ▲, ▼, ◄, dan ► untuk memindahkan kursor peta pada sebuah lokasi.

   Jarak yang diukur akan muncul.
5. Tekan **ENTER** untuk memilih lokasi tambahan pada peta.

Pengaturan Halaman Peta

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta, dan tekan **MENU**.

Tampilkan Dasbor: Memungkinkan Anda untuk menunjukkan atau menyembunyikan dasbor setelah mengaturnya agar ditunjukkan pada peta (*Pengaturan Peta, halaman 3*).

Hentikan Navigasi: Menghentikan navigasi rute saat ini.

Pengaturan Peta: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan peta tambahan (*Pengaturan Peta, halaman 3*).

Ukur Jarak: Memungkinkan Anda untuk mengukur jarak antara beberapa lokasi (*Mengukur Jarak pada Peta, halaman 2*).

Ubah Kolom Data: Memungkinkan Anda menyesuaikan kolom data di dasbor.

Kembali ke Default: Mengembalikan peta ke pengaturan default pabrik.

Pengaturan Peta

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta, dan tekan **MENU**. Pilih **Pengaturan Peta**.

Manajer Peta: Menampilkan versi peta yang diunduh. Dengan langganan Outdoor Maps+, Anda dapat mengunduh peta tambahan (*Mengunduh Peta, halaman 18*).

Orientasi: Mengatur bagaimana peta ditampilkan di halaman (*Mengubah Orientasi Peta, halaman 3*).

Dasbor: Mengatur dasbor agar ditampilkan pada peta. Setiap dasbor menampilkan informasi berbeda mengenai rute atau lokasi Anda.

CATATAN: Pengaturan Anda yang telah disesuaikan akan disimpan di memori dasbor, dan tidak akan hilang meskipun Anda mengubah profil (*Profil, halaman 24*).

Teks Panduan: Mengatur kapan teks pemandu akan muncul pada peta.

Pengaturan Lanjutan: Memungkinkan Anda menyesuaikan pengaturan lanjutan (*Pengaturan Peta Lanjutan, halaman 3*).

Mengubah Orientasi Peta

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Pengaturan Peta** > **Orientasi**.
4. Pilih opsi:
   - Pilih **Ke Utara** untuk menampilkan arah utara di bagian atas halaman.
   - Pilih **Track Atas** untuk menampilkan arah tempuh saat ini di bagian atas halaman.
   - Pilih **Mode Otomotif** untuk menunjukkan perspektif otomotif dengan arah tempuh di bagian atas.

Pengaturan Peta Lanjutan

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta, dan tekan **MENU**. Pilih **Pengaturan Peta** > **Pengaturan Lanjutan**.

Perbesar Otomatis: Secara otomatis memilih tingkat perbesaran yang sesuai untuk penggunaan optimal peta Anda. Jika Nonaktif dipilih, Anda harus memperbesar atau memperkecil secara manual.

Detail: Memilih seberapa detail tampilan peta akan diperlihatkan. Menampilkan tayangan yang lebih detail dapat memperlambat proses pengambilan peta.

Relief Berbayang: Menampilkan relief detail pada peta, jika tersedia, atau menonaktifkan bayangan.

Kendaraan: Mengatur ikon posisi, yang mewakili posisi Anda pada peta. Ikon default adalah segitiga biru kecil.

Tingkat Perbesaran: Mengatur tingkat perbesaran elemen peta yang ditampilkan. Elemen peta tidak akan tampil jika tingkat perbesaran peta lebih tinggi dari tingkat yang telah dipilih.

Ukuran Teks: Memilih ukuran teks pada item peta.

Kompas

Saat menavigasi, ▲ akan menunjuk ke tujuan terlepas ke mana arah bergerak Anda. Ketika ▲ menunjuk ke arah atas kompas elektronik, Anda bergerak langsung ke arah tujuan Anda. Jika ▲ menunjuk ke arah lain, putarlah sampai menunjuk ke arah atas kompas.

Menavigasi dengan Kompas

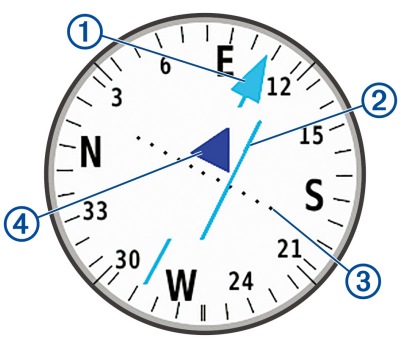
Saat menavigasi ke tujuan, ▲ akan menunjuk ke tujuan terlepas ke mana arah bergerak Anda.

1. Mulai lakukan navigasi ke tujuan (*Menavigasi ke Tujuan, halaman 6*).
2. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
3. Putar hingga ▲ menunjuk bagian atas kompas, dan lanjutkan bergerak ke arah tersebut menuju destinasi Anda.

Menggunakan Penunjuk Jalur

Penunjuk jalur paling berguna ketika Anda menavigasi ke tujuan Anda dalam garis lurus, seperti ketika Anda menavigasi di atas air. Ini dapat membantu Anda menavigasi kembali ke jalur semula ketika Anda keluar jalur demi menghindari rintangan atau bahaya.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Atur Haluan** > **Garis Pergi Ke (Penunjuk)** > **Arah (CDI)** untuk mengaktifkan penunjuk jalur.



①	Penunjuk garis rute. Mengindikasikan arah garis rute yang diinginkan dari titik mulai ke waypoint berikutnya.
②	Indikator Penyimpangan Jalur (CDI). enunjukkan lokasi garis jalur yang dituju dengan lokasi Anda. Jika CDI selaras dengan penunjuk garis rute, maka Anda berada di rute yang tepat.
③	Jarak penyimpangan jalur. Titik-titik mengindikasikan jarak penyimpangan jalur Anda. Jarak yang direpresentasikan oleh tiap titik diindikasikan dengan skala di pojok kanan atas.
④	Indikator dari-dan-ke. Menunjukkan apakah Anda mendekat atau menjauh dari waypoint selanjutnya.

Menavigasi dengan Sight 'N Go

Anda dapat mengarahkan perangkat ke suatu objek dalam jarak tertentu dengan arah kompas terkunci, memproyeksikan obyek sebagai waypoint, dan menavigasi ke objek tersebut sebagai titik referensi.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Sight 'N Go**.
4. Arahkan perangkat pada suatu objek.
5. Pilih **Kunci Arah** > **Tetapkan Jalur**.
6. Lakukan navigasi menggunakan kompas.

Memproyeksikan Waypoint dari Lokasi Anda Saat Ini

Anda dapat menyimpan waypoint baru dengan memproyeksikan jaraknya dari lokasi Anda saat ini.

Contohnya, jika Anda ingin menavigasikan ke satu lokasi yang Anda amati ada di sisi lain sebuah sungai atau aliran air, Anda dapat memproyeksikan sebuah waypoint dari lokasi Anda saat ini pada lokasi yang Anda amati, dan kemudian navigasikan ke lokasi baru setelah Anda menyeberangi sungai atau aliran air tersebut.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Sight 'N Go**.
4. Arahkan perangkat pada lokasi baru.
5. Pilih **Kunci Arah** > **Proyeksi Waypoint**.
6. Pilih satuan ukuran.
7. Masukkan jarak, lalu pilih **Selesai**.
8. Pilih **Simpan**.

Pengaturan Kompas

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas, dan tekan **MENU**.

Sight 'N Go: Memungkinkan Anda untuk mengarahkan perangkat ke objek di kejauhan, dan menavigasi menggunakan objek tersebut sebagai titik referensi (*Menavigasi dengan Sight 'N Go, halaman 4*).

Hentikan Navigasi: Menghentikan navigasi rute saat ini.

Ubah Dasbor: Mengubah tema dan informasi yang ditampilkan pada dasbor.

CATATAN: Pengaturan Anda yang telah disesuaikan akan disimpan di memori dasbor, dan tidak akan hilang meskipun Anda mengubah profil (*Profil, halaman 24*).

Atur Skala: Mengatur skala untuk jarak di antara titik-titik pada indikator penyimpangan jalur saat melakukan navigasi dengan Sight 'N Go.

Kalibrasi Kompas: Memungkinkan Anda untuk mengkalibrasi kompas jika kompas Anda mengalami perilaku yang tidak normal, misal karena telah bergerak terlalu jauh atau setelah terjadi perubahan suhu yang ekstrem (*Mengkalibrasi Kompas, halaman 4*).

Pengaturan Haluan: Memungkinkan Anda menyesuaikan pengaturan haluan kompas (*Pengaturan Arah Tempuh, halaman 4*).

Ubah Kolom Data: Memungkinkan Anda menyesuaikan kolom data kompas.

Kembali ke Default: Mengembalikan kompas ke pengaturan default pabrik.

Mengkalibrasi Kompas

Sebelum dapat mengkalibrasi kompas elektronik, posisi Anda harus berada di luar ruang, jauh dari benda-benda yang akan mempengaruhi medan magnet seperti mobil, gedung, atau saluran kabel listrik di atas kepala.

Perangkat GPSMAP 67 memiliki kompas elektronik 3 sumbu. Anda harus mengkalibrasi kompas setiap kali sudah menempuh jarak panjang, mengalami perubahan suhu.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Kalibrasi Kompas** > **Mulai**.
4. Ikuti petunjuk pada layar.

Pengaturan Arah Tempuh

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas, dan tekan **MENU**. Pilih **Pengaturan Haluan**.

Tampilan: Mengatur arah haluan pada kompas ke huruf, derajat, atau miliradians.

Referensi Utara: Mengatur referensi utara yang digunakan pada kompas (*Mengatur Referensi Utara, halaman 5*).

Garis Pergi Ke (Penunjuk): Mengatur perilaku penunjuk yang muncul pada peta. Arah tujuan akan menunjuk ke destinasi Anda. Jalur (CDI) menunjukkan keterhubungan Anda dengan garis rute yang mengarah ke tujuan.

Kompas: Mengalihkan secara otomatis dari kompas elektronik ke kompas GPS saat Anda menempuh perjalanan dengan kecepatan yang lebih tinggi untuk periode waktu tertentu.

Kalibrasi Kompas: Memungkinkan Anda untuk

mengkalibrasi kompas jika kompas Anda mengalami perilaku yang tidak normal, misal karena telah bergerak terlalu jauh atau setelah terjadi perubahan suhu yang ekstrem (*Mengkalibrasi Kompas, halaman 4*).

Mengatur Referensi Utara

Anda dapat mengatur referensi petunjuk arah yang digunakan untuk menghitung informasi haluan.

1. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman kompas.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Pengaturan Haluan** > **Referensi Utara**.
4. Pilih opsi:
   - Untuk memilih utara geografis sebagai referensi arah, pilih **Sebenarnya**.
   - Untuk memilih deklinasi magnetik untuk lokasi Anda secara otomatis, pilih **Magnetik**.
   - Untuk memilih utara grid (000 derajat) sebagai referensi arah, pilih **Grid**.
   - Untuk menetapkan nilai variasi magnetik secara manual, pilih **Pengguna**, masukkan varians magnetik, dan pilih **Selesai**.

Komputer Perjalanan

Komputer perjalanan menampilkan kecepatan saat ini, rata-rata kecepatan, odometer perjalanan, dan statistik berguna lainnya. Anda dapat menyesuaikan tata letak, dasbor, dan kolom data komputer perjalanan.

Pengaturan Komputer Perjalanan

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman komputer perjalanan, dan tekan **MENU**.

Reset: Mengatur ulang semua nilai komputer perjalanan ke nol. Untuk informasi yang akurat, set ulang informasi perjalanan sebelum memulai suatu perjalanan.

Ubah Kolom Data: Menyesuaikan kolom data komputer perjalanan.

Ubah Dasbor: Mengubah tema dan informasi yang ditampilkan pada dasbor.

CATATAN: Pengaturan Anda yang telah disesuaikan akan disimpan di memori dasbor, dan tidak akan hilang meskipun Anda mengubah profil (*Profil, halaman 24*).

Masukkan Halaman: Memasukkan halaman tambahan untuk kolom data yang dapat disesuaikan.

CATATAN: Anda dapat menggunakan tombol panah untuk menelusuri halaman.

Hapus Halaman: Menghapus halaman tambahan untuk kolom data yang dapat disesuaikan.

Tambah Data: Menambah kolom data tambahan ke komputer perjalanan.

Kurangi Data: Menghapus kolom data dari komputer perjalanan.

Kembali ke Default: Mengembalikan komputer perjalanan ke pengaturan default pabrik.

Altimeter

Sesuai bawaannya, altimeter akan menampilkan ketinggian sepanjang jarak yang telah ditempuh. Anda dapat menyesuaikan pengaturan altimeter (*Pengaturan Altimeter, halaman 5*). Anda dapat memilih titik mana pun pada plot untuk melihat detail titik tersebut.

Pengaturan Plot Altimeter

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman altimeter, dan tekan **MENU**.

Reset: Mengatur ulang semua data altimeter, termasuk waypoint, track, dan data perjalanan.

Pengaturan Altimeter: Memungkinkan Anda membuka pengaturan altimeter tambahan (*Pengaturan Altimeter, halaman 5*).

Besaran Zoom: Mengatur rentang perbesaran yang ditampilkan pada halaman altimeter.

Ubah Kolom Data: Memungkinkan Anda menyesuaikan kolom data altimeter.

Kembali ke Default: Mengembalikan altimeter ke pengaturan default pabrik.

Pengaturan Altimeter

Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman altimeter, dan tekan **MENU**. Pilih **Pengaturan Altimeter**.

Kalibrasi Otomatis: Pilihan Sekali memungkinkan altimeter untuk berkalibrasi secara otomatis satu kali setelah Anda mulai suatu aktivitas. Pilihan Berkelanjutan memungkinkan altimeter untuk berkalibrasi sepanjang durasi aktivitas Anda.

Mode Barometer: Variable Elevation (Kenaikan Variabel) memungkinkan barometer untuk mengukur perubahan ketinggian saat Anda bergerak. Fixed Elevation (Ketinggian Tetap) menganggap navigator dalam kondisi statis pada ketinggian tetap, sehingga tekanan barometris hanya akan berubah saat terjadi perubahan cuaca.

Tren Tekanan: Mengatur cara navigator merekam data tekanan. Selalu Simpan merekam semua data tekanan yang berguna saat Anda mengamati hadapan muka tekanan.

Jenis Plot: Merekam perubahan ketinggian selama periode waktu atau jarak tertentu, merekam tekanan barometrik selama periode waktu tertentu, atau merekam perubahan tekanan sekitar selama periode waktu tertentu.

Kalibrasi Altimeter: Memungkinkan Anda untuk mengkalibrasi altimeter barometrik secara manual (*Mengkalibrasi Altimeter Barometrik, halaman 5*).

Mengkalibrasi Altimeter Barometrik

Anda dapat mengkalibrasi altimeter barometrik secara manual jika Anda tahu elevasi atau tekanan barometrik yang benar.

1. Bergeraklah ke lokasi di mana angka ketinggian atau tekanan barometrik diketahui.
2. Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman altimeter.

3 Tekan **MENU**.
4 Pilih **Pengaturan Altimeter** > **Kalibrasi Altimeter**.
5 Pilih **Metode** untuk memilih pengukuran yang digunakan dalam kalibrasi.
6 Masukkan pengukuran.
7 Pilih **Kalibrasi**.

Navigasi

Anda dapat menggunakan fitur navigasi GPS di perangkat Anda untuk menavigasi aktivitas, rute, atau jalur tersimpan.

- Perangkat merekam jalur Anda sebagai aktivitas. Aktivitas menggunakan navigasi koridor. Saat menavigasi aktivitas tersimpan, navigasi tidak dapat dikalkukasi ulang (*Rekaman, halaman 9*).
- Rute adalah urutan titik arah atau lokasi yang mengarahkan Anda ke tujuan. Jika Anda berangkat dari rute asli, perangkat mengkalkulasi ulang rute dan memberikan arah baru (*Rute, halaman 8*).
- Jalan dapat memiliki beberapa tujuan, dan dapat dibuat titik ke titik atau pada jalan yang dapat dilewati. Saat menavigasi jalan tersimpan, Anda dapat memilih untuk menavigasi menggunakan jalur langsung tanpa penyesuaian atau kalkukasi ulang peta, atau mengikuti jalan dan jalur dengan kalkulasi ulang jika diperlukan. Anda dapat mengubah aktivitas tersimpan dan rute ke jalan (*Jalur, halaman 10*).

Halaman FIND

Anda dapat menggunakan halaman Find untuk menemukan tempat tujuan navigasi. Tidak semua kategori FIND tersedia di semua area dan peta.

Menavigasi ke Tujuan

1 Tekan **FIND**.
2 Pilih kategori.
3 Jika perlu, tekan **MENU** untuk mempersempit area pencarian Anda.
4 Jika perlu, pilih **Eja Pencarian** dan masukkan nama atau sebagian nama tujuan.
5 Pilih tujuan.
6 Pilih **Pergi**.

Rute Anda muncul sebagai garis magenta pada peta.

7 Lakukan navigasi menggunakan peta (*Menavigasi dengan Peta, halaman 2*) atau kompas (*Menavigasi dengan Kompas, halaman 3*).

Menghentikan Navigasi

1 Tekan **FIND**.
2 Pilih **Hentikan Navigasi**.

Menemukan Lokasi Dekat Lokasi Lainnya

1 Tekan **FIND**.
2 Tekan **MENU**.
3 Pilih **Cari Di Dekat**, dan pilih opsi.
4 Pilih lokasi.

Waypoint

Waypoint adalah lokasi yang Anda rekam dan simpan di perangkat. Waypoint dapat menandai di mana Anda berada, ke mana Anda akan pergi, atau di mana Anda sebelumnya. Anda dapat menambahkan rincian tentang lokasi, seperti nama, elevasi, dan kedalaman.

Anda dapat menambahkan file .gpx yang berisi waypoint dengan mentransfer file ke folder GPX (*Memindahkan Berkas ke Perangkat Anda, halaman 26*)

Menyimpan Lokasi Anda Saat Ini sebagai Waypoint

1 Tekan **MARK**.
2 Jika perlu, pilih kolom untuk mengedit informasi waypoint seperti nama atau lokasi.
3 Pilih **Simpan**.

Menyimpan Lokasi di Peta sebagai Waypoint

Anda dapat menyimpan lokasi di peta sebagai waypoint.

1 Tekan **PAGE** untuk menelusuri halaman peta.
2 Tekan ▲, ▼, ◄, ► atau untuk memindahkan kursor ke lokasi.

Bar informasi muncul di area teratas layar.

3 Tekan **ENTER**.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Simpan sebagai Waypoint**.

Menavigasi Ke Waypoint

1 Tekan **FIND**.
2 Pilih **Waypoint**.
3 Pilih waypoint.
4 Pilih **Pergi**.

Secara default, rute Anda ke waypoint akan muncul dalam garis lurus berwarna pada peta.

Mencari Waypoint yang Disimpan

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Kelola Waypoint**.
3 Jika perlu, tekan **MENU** untuk mempersempit area pencarian Anda.
4 Jika perlu, pilih opsi:
   - Pilih **Eja Pencarian** untuk mencari menggunakan nama waypoint.
   - Pilih **Cari di Dekat** untuk mencari di dekat lokasi yang baru-baru saja ditemukan, waypoint lain, lokasi saat ini, atau sebuah titik di peta.
   - Pilih **Urutkan** untuk melihat daftar waypoint berdasarkan jarak terdekat atau urutan alfabet.
5 Pilih waypoint dari daftar.

Mengedit Waypoint

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint yang disimpan.
4. Pilih item yang akan diedit, misal nama atau lokasi.
5. Masukkan informasi baru, lalu pilih **Selesai**.

Menghapus Waypoint

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Hapus**.

Mengganti Foto Waypoint

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Ubah Foto**.
6. Pilih foto
7. Pilih **Gunakan**.

Meningkatkan Akurasi Lokasi Waypoint

Anda dapat menyempurnakan akurasi lokasi waypoint dengan merata-rata data lokasi. Saat merata-rata, perangkat mengambil beberapa pembacaan GPS di lokasi yang sama dan menggunakan angka rata-rata untuk menyediakan akurasi lebih.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Rata-Rata Lokasi**.
6. Pindah ke lokasi waypoint.
7. Pilih **Mulai**.
8. Ikuti petunjuk pada layar.
9. Ketika bilih status menunjukkan 100%, pilih **Simpan**.

Untuk hasil terbaik, kumpulkan empat hingga delapan sampel waypoint, tunggu minimal 90 menit di antara satu sampel dan sampel lainya.

Memproyeksikan Waypoint dari Waypoint yang Sudah Disimpan

Anda dapat menyimpan waypoint baru dengan memproyeksikan jarak dan arah tuju dari sebuah waypoint yang sudah disimpan ke lokasi baru.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Proyeksi Waypoint**.
6. Masukkan arah tuju, lalu pilih **Selesai**.
7. Pilih satuan ukur.
8. Masukkan jarak, lalu pilih **Selesai**.
9. Pilih **Simpan**.

Memindahkan Waypoint pada Peta

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Pindah Waypoint**.
6. Tekan ▲, ▼, ◄, ► atau untuk memindahkan kursor ke lokasi baru pada peta.
7. Pilih **Pindah**.

Menemukan Lokasi Dekat Waypoint

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Cari Dekat Sini**.
6. Pilih kategori.

Daftar menunjukkan lokasi dekat waypoint yang dipilih.

Mengatur Alarm Kedekatan Waypoint

Anda dapat menambahkan alarm kedekatan untuk suatu waypoint. Alarm kedekatan mengingatkan Anda ketika berada dalam jarak tertentu dari suatu lokasi.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Atur Kedekatan**.
6. Masukkan radius.

   Setelah memasukkan area dengan alarm kedekatan, perangkat akan mengeluarkan bunyi.

Menambahkan Waypoint ke Rute

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Tambah ke Rute**.
6. Pilih rute.

Memposisikan Ulang Waypoint ke Lokasi Anda Saat Ini

Anda dapat mengubah posisi suatu waypoint. Misalkan, jika Anda memindahkan kapal, Anda dapat mengubah lokasi ke posisi Anda saat ini.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kelola Waypoint**.
3. Pilih waypoint.
4. Tekan **MENU**.

5 Pilih **Reposisi Di Sini**.

Lokasi waypoint berubah ke lokasi Anda sekarang.

Rute

Rute adalah serangkaian waypoint atau lokasi yang mengarahkan Anda ke tujuan akhir. Rute disimpan sebagai file GPX di perangkat.

Membuat Rute Menggunakan Perencana Rute

Sebuah rute dapat mencakup banyak waypoint, dan memiliki setidaknya satu titik awal dan satu destinasi.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute** > **Buat Rute** > **Pilih Titik Awal**.
3 Pilih kategori.
4 Pilih titik awal dalam rute.
5 Pilih **Gunakan**.
6 Pilih **Pilih Titik Berikutnya** untuk menambahkan titik-titik lain ke rute.
7 Pilih **QUIT** untuk menyimpan rute.

Membuat Rute Menggunakan Peta

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute** > **Buat Rute** > **Pilih Titik Awal** > **Gunakan Peta**.
3 Tekan ▲, ▼, ◄, ► atau untuk memilih titik pada peta.
4 Pilih **Gunakan**.
5 Ulangi langkah 3 dan 4 untuk memilih titik-titik tambahan pada peta untuk ditambahkan pada rute (opsional).
6 Pilih **QUIT**.

Menavigasi Rute yang Disimpan

1 Tekan **FIND**.
2 Pilih **Rute**.
3 Pilih rute.
4 Pilih **Pergi**.

Secara default, rute Anda akan muncul dalam garis lurus berwarna pada peta.

Melihat Rute Aktif

1 Mulai lakukan navigasi ke rute (*Menavigasi Rute yang Disimpan, halaman 8*).
2 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
3 Pilih **Rute Aktif**.
4 Pilih titik pada rute untuk menampilkan detail lainnya.

Mengedit Rute

Anda dapat menambah, menghapus, atau menyusun ulang titik pada rute.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Edit Rute**.
6 Pilih titik.
7 Pilih opsi:
- Untuk melihat titik pada peta, pilih **Tinjau**.
- Untuk mengubah urutan titik-titik pada rute, pilih **Pindah Atas** atau **Pindah Bawah**.
- Untuk menyisipkan titik tambahan pada rute, pilih **Sisipkan**.
  Titik tambahan akan disisipkan tepat sebelum titik yang sedang diedit.
- Untuk menghapus titik dari rute, pilih **Hapus**.

8 Pilih **QUIT** untuk menyimpan rute.

Mengedit Nama Rute

Anda dapat mengustomisasi nama rute untuk membedakannya.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Ubah Nama**.
6 Masukkan nama baru.

Melihat Rute pada Peta

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.
4 Pilih tab peta.

Melihat Plot Ketinggian pada Rute

Plot ketinggian menampilkan ketinggian rute berdasarkan pengaturan rute Anda. Jika navigator Anda dikonfigurasi untuk rute langsung, plot ketinggian menampilkan ketinggian jalur-lurus antar titik rute. Jika navigator Anda dikonfigurasi untuk rute di jalan, plot ketinggian menampilkan ketinggian di sepanjang jalan termasuk rute Anda.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.
4 Pilih tab plot ketinggian.

Membalikkan Rute

Anda dapat menukar titik awal dan akhir rute Anda untuk menavigasi rute secara terbalik.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Rute Dibalik**.

Menghapus Rute

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Rute**.
3 Pilih rute.

4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Hapus**.

Rekaman

Perangkat merekam jalur Anda sebagai aktivitas. Aktivitas berisi informasi tentang titik di sepanjang jalur Anda yang direkam, termasuk waktu, dan lokasi untuk setiap titik. Aktivitas disimpan sebagai file FIT di perangkat.

Pengaturan Perekaman

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Rekaman**.

Metode Rekam: Mengatur metode perekaman. Opsi Otomatis merekam titik pada nilai yang berubah-ubah untuk membuat gambaran optimal jalur Anda. Anda juga dapat merekam titik pada waktu atau interval jarak tertentu.

Interval: Mengatur tingkat perekaman. Perekaman titik yang lebih sering membentuk jalur yang lebih detail tapi mempercepat pengisian perekaman log.

Auto Pause: Mengatur perangkat untuk berhenti merekam jalur Anda saat Anda tidak bergerak.

Mulai Otomatis: Mengatur perangkat untuk mulai merekam secara otomatis saat rekaman sebelumnya berakhir.

Jenis Aktivitas: Mengatur jenis aktivitas bawaan untuk perangkat.

Pengaturan Lanjutan: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan perekaman tambahan (*Pengaturan Perekaman Lanjutan, halaman 9*).

Pengaturan Perekaman Lanjutan

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Rekaman** > **Pengaturan Lanjutan**.

Output Format: Mengatur perangkat untuk menyimpan rekaman sebagai file FIT atau GPX atau dan FIT (*Tipe Berkas, halaman 25*). FIT merekam aktivitas Anda dengan informasi kebugaran yang disesuaikan untuk aplikasi Garmin Connect dan dapat digunakan untuk navigasi. FIT dan GPX merekam aktivitas Anda sebagai track tradisional yang dapat dilihat di peta dan digunakan untuk navigasi, serta sebagai aktivitas dengan informasi kebugaran.

Simpan Otomatis: Mengatur jadwal otomatis untuk menyimpan rekaman Anda. Fitur ini membantu organisasi perjalanan Anda dan menyimpan ruang memori (*Pengaturan Simpan Otomatis, halaman 9*).

Rekaman Perjalanan: Mengatur opsi rekaman perjalanan.

Reset Data Terekam: Mengatur opsi reset. Opsi Aktivitas & Perjalanan mereset data perekaman dan perjalanan saat Anda menyelesaikan perekaman aktif. Opsi Diminta mengingatkan Anda untuk memilih data yang akan direset.

Pengaturan Simpan Otomatis

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Rekaman** > **Pengaturan Lanjutan** > **Simpan Otomatis**.

Ketika Penuh: Menyimpan secara otomatis rekaman saat ini dan memulai rekaman baru saat rekaman saat ini mencapai 20.000 titik track.

Harian: Menyimpan secara otomatis rekaman hari sebelumnya dan memulai rekaman baru saat Anda menyalakan perangkat di hari yang baru.

Mingguan: Menyimpan secara otomatis rekaman minggu sebelumnya dan memulai rekaman baru saat Anda menyalakan perangkat di minggu yang baru.

Auto: Menyimpan secara otomatis rekaman saat ini berdasarkan panjang dan jumlah titik track yang diambil.

Tidak Pernah: Pilihan tidak pernah akan menyimpan rekaman saat ini secara otomatis. Saat rekaman saat ini mencapai 20.000 titik track, perangkat menyaring track aktif untuk menyingkirkan titik-titik berulang sambil mempertahankan bentuk dan riwayat rekaman. Titik-titik yang tidak difilter disimpan dalam file GPX dan FIT sementara yang disimpan atau dibuang saat rekaman dihentikan.

CATATAN: Saat mengimpor aktivitas FIT atau track GPX dengan lebih dari 20.000 titik track, perangkat menyaring garis untuk menyesuaikan dengan memori perangkat dan memperbaiki performa pengambilan peta, sambil mempertahankan bentuk dan riwayat rekaman. File FIT dan GPX mempertahankan semua titik track orisinilnya.

Melihat Aktivitas Saat Ini

Secara default, perangkat secara otomatis mulai merekam jalur Anda sebagai aktivitas ketika dinyalakan dan memperoleh sinyal satelit. Anda dapat menjeda dan memulai perekaman secara manual.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kontrol Perekaman**.
3. Pilih ◄ dan ► untuk melihat opsi:
   - Untuk mengontrol perekaman aktivitas saat ini, pilih ▌▶.
   - Untuk melihat kolom data untuk aktivitas, pilih ⓘ.
   - Untuk melihat aktivitas saat ini di peta, pilih .
   - Untuk melihat plot elevasi untuk aktivitas saat ini, pilih .

Navigasi Menggunakan TracBack

Saat merekam, Anda dapat menavigasi kembali ke awal aktivitas Anda. Hal ini berguna untuk menemukan jalan kembali ke kemah atau titik awal trail.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kontrol Perekaman**.
3. Tekan ► untuk beralih ke tab peta.
4. Pilih **TracBack**.

Peta menampilkan rute Anda dengan garis magenta, titik awal, dan titik akhir.

5 Lakukan navigasi menggunakan peta (*Menavigasi dengan Peta, halaman 2*) atau kompas (*Menavigasi dengan Kompas, halaman 3*).

Menghentikan Aktivitas Saat Ini

1 Dari halaman utama, tekan **ENTER**.
2 Pilih **Hentikan**.
3 Pilih opsi:
   - Untuk melanjutkan perekaman, pilih **Lanjutkan**.
   - Untuk menyimpan aktivitas, pilih .
     TIPS: Anda bisa melihat aktivitas yang disimpan dengan menekan **MENU** dua kali untuk melihat menu utama dan memilih **Aktivitas Terekam**.
   - Untuk menghapus aktivitas dan mereset komputer perjalanan, pilih .

Menyimpan Aktivitas Saat Ini

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Tekan **Kontrol Perekaman** > .
3 Pilih opsi:
   - Pilih **Simpan** untuk menyimpan keseluruhan aktivitas.
   - Tekan **MENU**, pilih **Simpan Sebagian**, lalu pilih satu bagian.

Melihat Informasi Aktivitas yang Disimpan

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Pilih untuk melihat informasi umum aktivitas, seperti waktu dan jarak.
5 Pilih untuk melihat aktivitas di peta.
   Titik awal dan akhir trail ditandai dengan bendera.

Menyimpan Lokasi Suatu Aktivitas sebagai Waypoint

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Pilih .
5 Tekan ▲, ▼, ◄, ► atau untuk memindahkan kursor ke lokasi.
   BIlah informasi muncul di area teratas layar.
6 Tekan **ENTER**.
7 Tekan **MENU**.
8 Pilih **Simpan sebagai Waypoint**.

Membuat Track dari Aktivitas Tersimpan

Anda dapat membuat track dari aktivitas yang disimpan. Track disimpan menggunakan tipe file yang berbeda dari aktivitas (*Tipe Berkas, halaman 25*). Hal ini memungkinkan Anda untuk membagikan track Anda secara nirkabel dengan perangkat kompatibel Garmin lainnya.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Simpan sebagai Track**.

Membalikkan Aktivitas

Anda dapat menukar titik awal dan akhir aktivitas Anda untuk menavigasi aktivitas secara terbalik.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Salin Terbalik**.

Menavigasi Aktivitas Tersimpan

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Pilih .
5 Pilih **Pergi**.

Menghapus Aktivitas Disimpan

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Aktivitas Terekam**.
3 Pilih aktivitas.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Hapus**.

Jalur

Sebuah jalur dapat memiliki beberapa tujuan, dan dapat dinavigasi dari titik ke titik atau pada jalan yang dapat dilalui. Jalur disimpan dalam bentuk file FIT di perangkat.

Membuat Jalur

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Perencana Jalur** > **Buat Jalur**.
3 Pilih metode pembuatan jalur:
   - Untuk membuat jalur tanpa penyesuaian peta atau kalkulasi ulang, pilih **Jalur Langsung**.
   - Untuk membuat jalur yang menyesuaikan untuk mengikuti data peta dan mengkalkulasi ulang jika diperlukan, pilih **Jalan & Trail**.
4 Pilih **Pilih Titik Awal**.
5 Pilih kategori.
6 Pilih titik awal dalam jalur.
7 Pilih **Gunakan**.
8 Pilih **Pilih Titik Berikutnya** untuk menambahkan titik-titik lain ke jalur.
9 Pilih **Selesai**.

Membuat Jalur Menggunakan Peta

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.

2. Pilih **Perencana Jalur** > **Buat Jalur**.
3. Pilih metode pembuatan jalur:
   - Untuk membuat jalur tanpa penyesuaian peta atau kalkulasi ulang, pilih **Jalur Langsung**.
   - Untuk membuat jalur yang menyesuaikan untuk mengikuti data peta dan mengkalkulasi ulang jika diperlukan, pilih **Jalan & Trail**.
4. Pilih **Pilih Titik Awal** > **Gunakan Peta**.
5. Pilih titik pada peta.
6. Pilih **Gunakan**.
7. Gerakkan peta, dan pilih titik tambahan pada peta untuk ditambahkan ke jalur.
8. Pilih **Selesai**.

Menavigasi Jalur Tersimpan

1. Tekan **FIND**.
2. Pilih **Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Pilih **Pergi**.

   Secara default, rute Anda akan muncul dalam garis lurus pada peta.

Mengedit Jalur

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Edit Jalur**.
6. Pilih titik.
7. Pilih opsi:
   - Untuk melihat titik pada peta, pilih **Tinjau**.
   - Untuk mengedit nama titik, pilih **Edit Nama**.
   - Untuk mengedit simbol yang digunakan mewakili titik, pilih **Edit Ikon**.
   - Untuk mengubah urutan titik-titik pada jalur, pilih **Pindah Atas** atau **Pindah Bawah**.
   - Untuk menyisipkan titik tambahan pada jalur, pilih **Masukkan Sebelum**.
     Titik tambahan akan disisipkan tepat sebelum titik yang sedang diedit.
   - Untuk menerima peringatan saat Anda tiba di titik, pilih **Peringatan saat Tiba**.
     Titik dengan peringatan umumnya adalah tempat tujuan pada jalur Anda. Titik tanpa peringatan digunakan sebagai shaping point pada jalur namun bukan tempat tujuan.
   - Untuk menghapus titik dari jalur, pilih **Hapus**.
8. Pilih **QUIT** untuk menyimpan jalur.

Mengedit Nama Jalur

Anda dapat mengustomisasi nama jalur untuk membedakannya.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Ubah Nama**.
6. Masukkan nama baru.

Melihat Jalur Tersimpan di Peta

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Pilih tab peta.

Melihat Plot Ketinggian Jalur

Plot ketinggian menampilkan ketinggian suatu jalur berdasarkan pengaturan rute Anda. Jika navigator dikonfigurasi untuk rute langsung, plot ketinggian menampilkan ketinggian garis lurus antar titik jalur. Jika navigator Anda dikonfigurasi untuk rute di jalan, plot ketinggian menampilkan ketinggian di sepanjang jalan termasuk di jalur Anda.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Pilih tab plot ketinggian.

Membalikkan Jalur

Anda dapat menukar titik awal dan akhir jalur Anda untuk menavigasi rute secara terbalik.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Balik Jalur**.

Membuat Track atau Rute dari Jalur Tersimpan

Anda dapat membuat track atau rute dari jalur tersimpan. Track atau rute dapat dinavigasi menggunakan perangkat Garmin yang tidak mendukung navigasi jalur.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Simpan sebagai Track** atau **Simpan sebagai Rute**.

Menghapus Jalur

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Perencana Jalur**.
3. Pilih jalur.
4. Tekan **MENU**.
5. Pilih **Hapus**.

Peta Opsional

Anda dapat menggunakan peta tambahan dengan perangkat, seperti peta detail Outdoor Maps+, City Navigator, dan Garmin HuntView Plus detailed maps.

Peta detail mencakup point of interest tambahan, seperti restoran atau layanan kelautan. Untuk informasi lebih lanjut, kunjungi *Garmin.co.id/buy* atau hubungi dealer Garmin Anda.

Membeli Peta Tambahan

1. Kunjungi halaman produk perangkat di *Garmin.co.id*.
2. Klik tab **Peta**.
3. Ikuti petunjuk pada layar.

Mencari Alamat

Anda dapat menggunakan peta tambahan City Navigator untuk mencari alamat.

1. Tekan **FIND**.
2. Pilih **Alamat**.
3. Pilih **Cari Area**, dan masukkan negara, wilayah, atau kota.
4. Pilih **Nomor**, dan masukkan nomor rumah.
5. Pilih **Nama Jalan**, dan masukkan nama jalan.

Fitur-fitur Terhubung

Fitur-fitur terhubung tersedia di perangkat GPSMAP 67 saat perangkat dihubungkan ke jaringan nirkabel atau ponsel yang kompatibel menggunakan Bluetooth. Beberapa fitur mengharuskan Anda menginstal aplikasi Garmin Explore di ponsel Anda. Kunjungi *Garmin.com/apps* untuk informasi selengkapnya.

Garmin Explore: Aplikasi Garmin Explore menyinkronkan dan membagikan waypoint, jalur, dan koleksi dengan perangkat Anda. Anda juga dapat mengunduh peta ke smartphone untuk akses offline.

Sensor Bluetooth: Memungkinkan Anda untuk menghubungkan sensor Bluetooth yang kompatibel, seperti monitor denyut jantung.

Connect IQ: Memungkinkan Anda memperluas fitur perangkat Anda dengan widget, kolom data, dan aplikasi menggunakan aplikasi Connect IQ.

Pengunduhan EPO: Memungkinkan Anda mengunduh file orbit prediksi yang diperpanjang untuk menemukan satelit GPS dengan cepat dan mengurangi waktu yang diperlukan untuk mendapatkan perbaikan GPS awal menggunakan aplikasi Garmin Explore atau saat terhubung ke jaringan Wi-Fi.

Outdoor Maps+: Memungkinkan Anda mengunduh citra satelit gratis atau data peta premium menggunakan langganan Outdoor Maps+ saat terhubung ke jaringan Wi-Fi.

Data Geocache Langsung: Menyediakan layanan berbayar atau gratis berlangganan untuk melihat data geocache langsung dari *www.geocaching.com* menggunakan aplikasi Garmin Explore atau saat terhubung ke jaringan Wi-Fi.

LiveTrack: Memungkinkan keluarga dan teman mengikuti aktivitas Anda secara real time. Anda dapat mengundang pengikut lewat email atau media sosial sehingga mereka dapat melihat kegiatan Anda secara langsung di halaman pelacakan Garmin Connect.

Notifikasi Ponsel: Menampilkan notifikasi panggilan dan pesan di perangkat GPSMAP 67 menggunakan aplikasi Garmin Connect.

Pembaruan Perangkat Lunak: Memungkinkan Anda menerima pembaruan untuk perangkat lunak perangkat menggunakan aplikasi Garmin Explore atau saat terhubung ke jaringan Wi-Fi.

Active Weather: Memungkinkan Anda untuk melihat kondisi cuaca dan prakiraan cuaca saat ini menggunakan aplikasi Garmin Explore atau saat terhubung ke jaringan Wi-Fi.

Persyaratan Fitur Terhubung

Beberapa fitur memerlukan smartphone dan aplikasi tertentu pada smartphone Anda.

Fitur	Terhubung ke Smartphone dengan Aplikasi Garmin Connect	Terhubung ke Jaringan Wi-Fi
Pengunggahan aktivitas ke Garmin Connect	Ya	Ya
Pembaruan perangkat lunak	Ya	Ya
Unduhan EPO	Ya	Ya
Data geocache live	Ya	Ya
Cuaca	Ya	Ya
Notifikasi ponsel	Ya[1]	Tidak
Connect IQ	Ya	Tidak
Outdoor Maps+	Ya[2]	Ya[3]

[1]Perangkat menerima notifikasi ponsel langsung dari ponsel iOS terhubung, dan melalui aplikasi Garmin Connect pada ponsel Android.
[2]Perlu mengaktifkan langganan.
[3]Perlu mengunduh peta.

Menghubungkan Smartphone dengan Perangkat Anda

1. Dekatkan smartphone kompatibel dalam radius 10 m dari perangkat.
2. Dari menu utama di perangkat Anda, pilih **Setup** > **Bluetooth**.
3. Pada smartphone kompatibel Anda, aktifkan Bluetooth, lalu unduh dan buka aplikasi Garmin Explore atau Garmin Connect.
4. Dari aplikasi, pilih opsi perangkat, dan ikuti instruksi di layar untuk menghubungkan perangkat Anda.

Notifikasi Ponsel

Notifikasi ponsel membutuhkan smartphone yang

kompatibel untuk dihubungkan dengan perangkat GPSMAP 67. Saat ponsel menerima pesan, notifikasi akan dikirim ke perangkat Anda.

Melihat Notifikasi Ponsel

Sebelum dapat melihat notifikasi, Anda harus menghubungkan perangkat dengan ponsel yang kompatibel.

1. Tekan ⏻ untuk membuka halaman status.
2. Pilih **Notifikasi**.
3. Pilih notifikasi.

Menyembunyikan Notifikasi

Sesuai bawaannya, notifikasi akan muncul pada layar perangkat segera saat diterima. Anda dapat menyembunyikan notifikasi agar tidak tampil.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Bluetooth** > **Notifikasi** > **Sembunyikan**.

Mengatur Notifikasi

Anda dapat menggunakan smartphone kompatibel untuk mengatur notifikasi yang muncul pada perangkat GPSMAP 67.

Pilih opsi:

- Jika Anda menggunakan perangkat iPhone, buka pengaturan notifikasi iOS® untuk memilih item yang akan ditampilkan di perangkat.
- Jika Anda menggunakan perangkat Android™, dari aplikasi Garmin Connect, pilih **Pengaturan** > **Notifikasi Cerdas**.

Menghubungkan ke Jaringan Nirkabel

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Wi-Fi**.
3. Jika perlu, pilih tombol toggle untuk mengaktifkan teknologi Wi-Fi.
4. Pilih **Tambah Jaringan**.
5. Pilih jaringan nirkabel pada daftar dan masukkan kata sandi, jika perlu.

Navigator menyimpan informasi jaringan dan terhubung secara otomatis ketika Anda kembali ke lokasi ini.

Fitur Connect IQ

Anda dapat menambahkan fitur-fitur Connect IQ ke perangkat Garmin Anda maupun produsen lain menggunakan aplikasi Connect IQ. Anda dapat menyesuaikan perangkat dengan kolom data, widget, dan aplikasi.

Kolom Data: Anda dapat mengunduh kolom data baru yang menampilkan sensor, aktivitas, dan data riwayat dengan cara baru. Anda dapat menambahkan kolom data Connect IQ ke fitur maupun halaman internal.

Widget: Memberikan sekilas informasi, termasuk data sensor dan notifikasi.

Aplikasi: Menambahkan fitur-fitur interaktif ke perangkat Anda, seperti jenis aktivitas kebugaran dan aktivitas luar ruang baru.

Mengunduh Fitur-fitur Connect IQ

Sebelum dapat mengunduh fitur dari aplikasi Connect IQ, Anda harus menghubungkan perangkat GPSMAP 67 dengan smartphone (*Menghubungkan Smartphone dengan Perangkat Anda, halaman 12*).

1. Dari app store pada smartphone Anda, unduh dan buka aplikasi Connect IQ.
2. Jika perlu, pilih perangkat Anda.
3. Pilih fitur Connect IQ.
4. Ikuti petunjuk pada layar.

Mengunduh Fitur-fitur Connect IQ Menggunakan Komputer

1. Hubungkan perangkat ke komputer menggunakan kabel USB.
2. Kunjungi *apps.Garmin.com/in-ID/* untuk masuk.
3. Pilih fitur Connect IQ dan unduh.
4. Ikuti petunjuk pada layar.

Melihat Widget Connect IQ

1. Tekan ⏻ untuk membuka halaman status.
2. Pilih ◄ atau ► untuk menelusuri widget.

Garmin Explore

Situs web Garmin Explore dan aplikasi seluler memungkinkan Anda membuat jalur, waypoint, dan koleksi, merencanakan perjalanan dan menggunakan penyimpanan cloud. Mereka menawarkan perencanaan tingkat lanjut baik online maupun offline, memungkinkan Anda untuk berbagi dan menyinkronkan data dengan perangkat Garmin yang kompatibel. Anda dapat menggunakan aplikasi seluler untuk mengunduh peta untuk akses offline, lalu menavigasi ke mana saja tanpa menggunakan data seluler.

Anda dapat mengunduh aplikasi Garmin Explore dari app store di ponsel Anda, atau kunjungi *explore.Garmin.com*.

Alat Menu Utama

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.

Rute Aktif: Menampilkan rute aktif Anda dan waypoint yang akan datang selanjutnya (*Rute, halaman 8*).

Active Weather: Menampilkan suhu saat ini, prakiraan suhu, prakiraan cuaca, radar cuaca, tutupan awan, dan kondisi angin (*Melihat Prakiraan Active Weather, halaman 14*).

Petualangan: Menampilkan daftar petualangan dari aplikasi BaseCamp (*Petualangan Garmin, halaman 15*).

Jam Alarm: Mengatur alarm bersuara. Jika Anda sedang tidak menggunakan navigator, Anda dapat mengaturnya agar menyala pada waktu tertentu.

Altimeter: Menampilkan ketinggian dari jarak yang ditempuh (*Altimeter, halaman 5*).

Kalkulasi Area: Memungkinkan Anda untuk menghitung ukuran dari suatu area (*Kalkulasi Ukuran Sebuah Area, halaman 16*).

Kalkulator: Menampilkan kalkulator.

Kalender: Menampilkan kalender.

Manajer Koleksi: Menampilkan koleksi yang disinkronkan dari akun Garmin Explore Anda.

Kompas: Menampilkan kompas (*Kompas, halaman 3*).

Connect IQ: Menampilkan daftar aplikasi Connect IQ yang diinstal (*Fitur Connect IQ, halaman 13*).

Perencana Jalur: Menampilkan daftar jalur tersimpan dan memungkinkan Anda membuat jalur baru (*Jalur, halaman 10*).

Senter: Menyalakan lampu senter (*Menggunakan Lampu Senter, halaman 16*).

Geocaching: Menampilkan daftar geocache yang diunduh (*Geocache, halaman 16*).

Berburu dan Mancing: Menampilkan prediksi periode dan penanggalan terbaik untuk berburu dan memancing di lokasi Anda saat ini.

Remote inReach: Memungkinkan Anda mengirim pesan menggunakan komunikator satelit inReach yang terhubung (*Menggunakan Remote inReach, halaman 19*).

Man Overboard: Memungkinkan Anda menyimpan lokasi man overboard (MOB) dan menavigasi kembali ke sana (*Menandai dan Memulai Navigasi ke Lokasi Man Overboard, halaman 18*).

Peta: Menampilkan peta (*Peta, halaman 2*).

Manajer Peta: Menampilkan versi peta terunduh. Dengan langganan Outdoor Maps+, Anda dapat mengunduh peta tambahan (*Mengunduh Peta, halaman 18*).

Notifikasi: Memperingatkan Anda akan panggilan masuk, pesan teks, pembaruan jaringan sosial, dan lain-lain, sesuai dengan pengaturan notifikasi smartphone Anda (*Notifikasi Ponsel, halaman 12*).

Penampil Foto: Menampilkan foto yang disimpan.

Ubah Profil: Memungkinkan Anda untuk mengubah profil perangkat untuk menyesuaikan pengaturan dan kolom data Anda untuk aktivitas atau perjalanan tertentu (*Memilih Profil, halaman 18*).

Alarm Kedekatan: Memungkinkan Anda untuk mengatur alarm agar berbunyi dalam jarak tertentu dari lokasi tertentu (*Mengatur Alarm Kedekatan, halaman 19*).

Aktivitas Terekam: Menampilkan aktivitas Anda saat ini dan daftar aktivitas yang direkam (*Rekaman, halaman 9*).

Kontrol Perekaman: Memungkinkan Anda untuk melihat detail aktivitas sekarang dan mengontrol perekaman aktivitas sekarang (*Melihat Aktivitas Saat Ini, halaman 9*).

Perencana Rute: Menampilkan daftar rute yang disimpan dan memungkinkan Anda untuk membuat rute baru (*Membuat Rute Menggunakan Perencana Rute, halaman 8*).

Satelit: Menampilkan informasi satelit GPS Anda saat ini (*Halaman Satelit, halaman 19*).

Track Tersimpan: Menampilkan daftar track yang disimpan (*Membuat Track dari Aktivitas Tersimpan, halaman 10*).

Berbagi Nirkabel: Memungkinkan Anda untuk membagikan berkas secara nirkabel ke perangkat kompatibel lainnya (*Mengirim dan Menerima Data Secara Nirkabel, halaman 19*).

Sight 'N Go: Memungkinkan Anda untuk mengarahkan perangkat ke objek di kejauhan, dan menavigasi menggunakan objek tersebut sebagai titik referensi (*Menavigasi dengan Sight 'N Go, halaman 4*).

Stopwatch: Memungkinkan Anda menggunakan timer, menandai lap, dan waktu lap.

Matahari dan Bulan: Menampilkan waktu terbit dan terbenam matahari disertai fase bulan sesuai posisi GPS Anda.

Komputer Perjalanan: Menampilkan komputer perjalanan (*Komputer Perjalanan, halaman 5*).

Remote VIRB: Menyediakan kontrol kamera saat Anda mempunyai kamera VIRB yang dihubungkan dengan navigator GPSMAP 67 Anda (*Menggunakan Remote VIRB, halaman 19*).

Waypoint Rata-rata: Memungkinkan Anda untuk memperbaiki lokasi waypoint untuk akurasi lebih (*Meningkatkan Akurasi Lokasi Waypoint, halaman 7*).

Kelola Waypoint: Menampilkan semua waypoint yang disimpan di perangkat (*Waypoint, halaman 6*).

FIND: Membantu Anda menemukan tujuan untuk dinavigasi (*Menavigasi ke Tujuan, halaman 6*).

Lokasi XERO: Menampilkan informasi lokasi laser saat Anda memiliki Xero bow sight yang dihubungkan dengan navigator GPSMAP 67 Anda.

Melihat Prakiraan Active Weather

Saat navigator GPSMAP 67 terhubung ke ponsel atau jaringan Wi-Fi dan memiliki koneksi internet aktif, perangkat dapat menerima informasi cuaca mendetail dari internet.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Active Weather**.

   Navigator secara otomatis mengunduh prakiraan cuaca dari lokasi Anda saat ini.
3. Jika tersedia, pilih sebuah hari untuk melihat prakiraan per jam.
4. Pilih interval waktu untuk melihat informasi cuaca mendetail.

Melihat Peta Active Weather

Untuk melihat peta cuaca aktif, navigator Anda harus terhubung ke ponsel.

Saat navigator Anda terhubung ke smartphone atau jaringan Wi-Fi dengan akses internet, Anda dapat melihat peta cuaca langsung yang menampilkan radar cuaca, tutupan awan, suhu, atau kondisi angin.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Active Weather**.
3. Tekan ◄ atau ► untuk memilih tab peta cuaca.

   CATATAN: Beberapa opsi mungkin tidak tersedia di semua area.
   - Untuk melihat radar cuaca, pilih .
   - Untuk melihat jangkauan awan, pilih .
   - Untuk melihat suhu, pilih .
   - Untuk melihat kecepatan dan arah angin, pilih .

   Data yang dipilih muncul di peta. Navigator mungkin memerlukan waktu beberapa detik untuk memuat data peta cuaca.
4. Pilih opsi:
   - Untuk memperbesar atau memperkecil peta, tekan + atau −.
   - Untuk panning ke atas, bawah, kiri, atau kanan pada peta, tekan ▼ untuk memasuki mode panning, dan menggunakan pad direksional.

Menambahkan Lokasi Active Weather

Anda dapat menambahkan lokasi cuaca untuk melihat active weather untuk waypoint, koordinat GPS, atau lokasi lain.

1. Lihat prakiraan active weather.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Kelola Lokasi** > **Lokasi Baru**.
4. Pilih lokasi.
5. Pilih **Gunakan**.

   Navigator mengunduh prakiraan untuk lokasi yang dipilih.

Mengganti Lokasi Active Weather

Anda dapat mengganti dengan cepat prakiraan untuk lokasi active weather yang sebelumnya Anda tambahkan.

1. Lihat prakiraan active weather.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Kelola Lokasi**.
4. Pilih lokasi dari daftar.

   TIPS: Opsi ini selalu mengunduh prakiraan untuk lokasi Anda saat ini.
5. Pilih **Gunakan**.

   Navigator mengunduh prakiraan paling terbaru untuk lokasi yang dipilih.

Menghapus Lokasi Active Weather

1. Lihat prakiraan active weather.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Kelola Lokasi**.
4. Pilih lokasi dari daftar.

   CATATAN: Anda tidak dapat menghapus prakiraan.
5. Pilih **Hapus**.

Petualangan Garmin

Anda dapat mengelompokkan item yang berkaitan menjadi satu sebagai sebuah petualangan. Misalnya, Anda dapat membuat petualangan dari perjalanan mendaki gunung terakhir kali. Petualangan bisa berisi daftar log jejak, foto perjalanan, dan geocache yang diburu. Anda dapat menggunakan BaseCamp untuk membuat dan mengelola petualangan Anda. Untuk informasi lebih lanjut, kunjungi *Garmin.com/basecamp*.

Mengirim File ke dan dari BaseCamp

1. Buka BaseCamp.
2. Hubungkan perangkat ke komputer.
3. Pilih opsi:
   - Pilih satu item dari perangkat yang terhubung lalu seret ke Koleksi Saya atau ke dalam daftar.
   - Pilih item dari Koleksi Saya atau daftar dan seret ke perangkat yang terhubung.

Membuat Petualangan

Sebelum dapat membuat petualangan dan mengirimnya ke perangkat, Anda harus mengunduh BaseCamp ke komputer dan memindahkan track dari perangkat ke komputer (*Mengirim File ke dan dari BaseCamp, halaman 15*).

1. Buka BaseCamp.
2. Pilih **File** > **Baru** > **Garmin Adventure**.
3. Pilih track, lalu pilih **Berikut**.
4. Jika perlu, tambahkan item dari BaseCamp.
5. Lengkapi kolom yang diperlukan untuk menamai dan menjelaskan petualangan.
6. Jika ingin mengubah foto sampul petualangan, pilih **Ubah** lalu pilih foto yang lain.
7. Pilih **Selesai**.

Memulai Petualangan

Sebelum dapat memulai petualangan, Anda harus mengirim petualangan dari BaseCamp ke navigator (*Mengirim File ke dan dari BaseCamp, halaman 15*).

Saat Anda memulai petualangan tersimpan, navigator mengikuti track tersimpan dan menampilkan pintasan ke informasi terkait di sepanjang track, seperti foto dan waypoint.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Petualangan**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Pilih petualangan.
4. Pilih **Mulai**.

Kalkulasi Ukuran Sebuah Area

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Kalkulasi Area** > **Mulai**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Berjalanlah di sekeliling perimeter dari area yang akan dikalkulasi.
4. Pilih **Kalkulasi** saat selesai.

Menggunakan Lampu Senter

⚠ PERINGATAN

Perangkat ini mungkin memiliki senter yang dapat memancarkan cahaya pada interval berbeda. Konsultasikan dengan dokter Anda jika Anda memiliki epilepsi atau sensitif terhadap lampu berkedip.

CATATAN: Penggunaan senter akan mengurangi masa pakai baterai. Anda dapat mengurangi kecerahan atau frekuensi penggunaan flash untuk memperpanjang masa pakai baterai.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Senter** > **ENTER**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Jika perlu, gunakan pengatur kecerahan untuk mengatur kecerahan.
4. Jika perlu, pilih jenis flash yang berbeda.

0	Tidak ada strobo, sinar konstan.
1 sampai 9	Jumlah strobo per detik.
SOS	Strobo darurat. **CATATAN:** Koneksi Wi-Fi, Bluetooth, dan ANT+ dimatikan dalam mode SOS.

Geocache

Geocache adalah aktivitas pencarian harta karun dimana pemain bersembunyi atau mencari cache yang tersembunyi menggunakan petunjuk dan koordinat GPS.

Mendaftarkan Perangkat Anda di Geocaching.com

Anda dapat mendaftarkan perangkat Anda di *www.geocaching.com* untuk mencari daftar geocaches terdekat, atau untuk mencari informasi langsung jutaan geocaches.

1. Hubungkan perangkat ke jaringan nirkabel (*Menghubungkan ke Jaringan Nirkabel, halaman 13*) atau ke aplikasi Garmin Connect (*Menghubungkan Smartphone dengan Perangkat Anda, halaman 12*).
2. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
3. Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Daftarkan Perangkat**.

   Kode aktivasi muncul.
4. Ikuti petunjuk pada layar.

Menghubungkan ke Geocaching.com

Setelah Anda mendaftar, Anda dapat melihat geocaches dari *www.geocaching.com* pada perangkat Anda saat menghubungkan secara nirkabel.

- Hubungkan ke aplikasi Garmin Connect.
- Hubungkan ke jaringan Wi-Fi.

Mengunduh Geocache Menggunakan Komputer

Anda dapat memuat geocache secara manual ke perangkat menggunakan komputer (*Memindahkan Berkas ke Perangkat Anda, halaman 26*). Anda dapat menempatkan berkas geocache ke file GPX dan memindahkannya ke folder GPX pada perangkat. Dengan keanggotaan premium di *www.geocaching.com*, Anda dapat menggunakan fitur “pocket query” untuk memuat sekelompok besar geocache ke perangkat Anda sebagai file GPX tunggal.

1. Hubungkan perangkat ke komputer menggunakan kabel USB.
2. Kunjungi *www.geocaching.com*.
3. Jika perlu, buat akun.
4. Daftar masuk.
5. Ikuti petunjuk pada layar untuk mencari dan mengunduh geocache ke perangkat Anda.

Mencari Geocache

Anda dapat mencari geocache yang dimuat pada perangkat Anda.

Jika Anda terhubung ke *www.geocaching.com*, Anda dapat mencari data geocache live dan mengunduh geocache.

CATATAN: Anda dapat mengunduh informasi terperinci untuk geocache dalam jumlah terbatas per hari. Anda dapat membeli langganan premium untuk mengunduh lebih banyak lagi. Kunjungi *www.geocaching.com* untuk informasi lebih lanjut.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Geocaching** > .
3. Tekan **MENU**.
4. Pilih opsi:
   - Untuk mencari geocache yang dimuat pada navigator Anda berdasarkan nama, pilih **Eja Pencarian**, dan masukkan kata pencarian.
   - Untuk mencari geocache dekat Anda atau dekat lokasi lain, pilih **Cari Dekat**, dan pilih lokasi. Jika Anda terhubung ke *www.geocaching.com*, hasil pencarian mencakup data geocache live yang didapatkan dari **Unduh GC Live**.
   - Untuk mencari geocache live berdasarkan kode, pilih **Unduh GC Live** > **Kode GC**, dan masukkan kode geocache. Fitur ini memungkinkan Anda untuk mengunduh geocache tertentu dari *www.geocaching.com*

saat Anda mengetahui kode geocache.

5 Pilih geocache.

Detail geocache muncul.

CATATAN: Detail geocache muncul. Jika Anda memilih geocache live dan Anda terhubung, perangkat mengunduh detail geocache penuh ke penyimpanan internal, jika diperlukan.

Mencari Geocache di Peta

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Geocaching** > .
3 Tekan **MENU**.
4 Pilih **Unduh Geocache** untuk mencari dan mengunduh geocache terdekat pada peta.

TIPS: Anda bisa memilih **Filter** untuk menyaring hasil pencarian.

5 Pilih geocache.

Detail geocache muncul. Jika Anda memilih geocache live dan Anda terhubung ke *www.geocaching.com*, navigator mengunduh detail geocache lengkap ke penyimpanan internal.

Menyaring Daftar Geocache

Anda dapat menyaring daftar geocache Anda berdasarkan faktor tertentu, seperti tingkat kesulitan.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Geocaching** > .
3 Tekan **MENU**.
4 Pilih **Filter**, dan pilih satu opsi atau lebih:
- Untuk menyaring berdasarkan kategori geocache, seperti puzzle atau event, pilih **Jenis**.
- Untuk menyaring berdasarkan ukuran fisik wadah geocache, pilih **Ukuran Cache**.
- Untuk menyaring berdasarkan **Tidak Dicoba**, **Tidak Ditemukan**, atau **Ditemukan**, pilih **Status**.
- Untuk menyaring berdasarkan tingkat kesulitan dalam menemukan geocache, atau medan, pilih level dari 1 sampai 5.

5 Pilih **QUIT** untuk melihat daftar geocache yang disaring.

Menyimpan Filter Geocache Custom

Anda dapat membuat dan menyimpan filter custom geocache berdasarkan faktor tertentu.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Setup Filter** > **Buat Filter**.
3 Pilih item untuk disaring.
4 Pilih **QUIT**.

Secara default, filter baru disimpan secara otomatis sebagai Filter diikuti nomor. Misalnya, Filter 2. Anda dapat mengedit filter geocache untuk mengganti nama (*Mengedit Filter Geocache Custom, halaman 17*).

Mengedit Filter Geocache Custom

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Setup Filter**.
3 Pilih filter.
4 Pilih item untuk diedit.

Melihat Detail Geocache

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Geocaching**.
3 Pilih geocache.
4 Tekan **MENU**.
5 Pilih **Tinjau Titik**.

Deskripsi dan log geocache muncul.

Menavigasi ke Geocache

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Geocaching**.
3 Pilih geocache.
4 Pilih Pergi.

Menggunakan Petunjuk untuk Menemukan Geocache

Anda dapat menggunakan petunjuk, seperti deskripsi atau koordinat, untuk membantu Anda menemukan geocache.

1 Saat menavigasi ke geocache, pilih **MENU** > **Geocache**.
2 Pilih opsi:
- Untuk melihat detail mengenai geocache, pilih **Deskripsi**.
- Untuk melihat petunjuk mengenai lokasi geocache, pilih **Petunjuk**.
- Untuk melihat garis lintang dan bujur suatu geocache, pilih **Koordinat**.
- Untuk melihat umpan balik mengenai geocache dari pencarian sebelumnya, pilih **Log**.
- Untuk menyalakan pencarian chirp, pilih **chirp**.

Mencatat Upaya di Log

Setelah mencoba mencari geocache, Anda dapat mencatat hasilnya. Anda dapat memverifikasi beberapa geocache di *www.geocaching.com*.

1 Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2 Pilih **Geocaching** > **Log**.
3 Pilih **Ditemukan**, **Tidak Ditemukan**, **Membutuhkan Perbaikan**, atau **Tidak Dicoba**.
4 Pilih opsi:
- Untuk menghentikan pencatatan, pilih **Selesai**.
- Untuk mulai menavigasi ke geocache terdekat, pilih **Cari Terdekat Berikutnya**.
- Untuk memasukkan komentar tentang pencarian cache atau cache itu sendiri, pilih **Edit Komentar**, masukkan komentar, dan pilih **Selesai**.

Jika Anda masuk ke *www.geocaching.com*, catatan akan secara otomatis diunggah ke akun *www.geocaching.com* Anda.

chirp

chirp adalah aksesori berukuran kecil dari Garmin yang diprogram dan dibiarkan tersimpan di geocache. Anda dapat menggunakan perangkat Anda untuk mencari chirp dalam geocache.

Mengaktifkan Pencarian chirp

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Pengaturan chirp**.
3. Pilih **Pencarian chirp** > **Aktif**.

Menemukan Geocache dengan chirp

1. Dengan pencarian chirp aktif, lakukan navigasi ke suatu geocache.

   Saat Anda berada dalam jarak kurang lebih 10 m dari geocache yang mengandung chirp, detail mengenai chirp tersebut akan muncul.
2. Pilih **Tampilkan Detail**.
3. Jika perlu, pilih **Pergi** untuk menavigasi ke tahap berikutnya dari geocache.

Menghapus Data Geocache Live dari Perangkat

Anda dapat menghapus data geocache live untuk menampilkan geocache yang dimuat secara manual saja pada perangkat menggunakan komputer.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Geocaching Live** > **Hapus Live Data**.

   Data geocache live dihapus dari perangkat dan tidak lagi muncul di daftar geocache.

Menghapus Pendaftaran Perangkat Anda dari Geocaching.com

Jika Anda memindahkan kepemilikkan perangkat Anda, Anda dapat menghapus pendaftaran perangkat Anda dari situs geocaching.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Geocaching** > **Geocaching Live** > **Batalkan Pendaftaran Perangkat**.

Menandai dan Memulai Navigasi ke Lokasi Man Overboard

Sebelum Anda menyimpan lokasi man overboard (MOB) dan menavigasi kembali ke sana, Anda harus menambahkan aplikasi Man Overboard (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Man Overboard** > **Mulai**.

   Peta terbuka, dan menampilkan rute ke lokasi MOB. Secara default, rute muncul sebagai garis magenta.
3. Lakukan navigasi menggunakan peta (*Menavigasi dengan Peta, halaman 2*) atau kompas (*Menavigasi dengan Kompas, halaman 3*).

Mengunduh Peta

Sebelum Anda dapat mengunduh peta ke navigator, Anda harus menyambungkannya ke jaringan nirkabel (*Menghubungkan ke Jaringan Nirkabel, halaman 13*).

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Manajer Peta** > **Outdoor Maps+**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Pilih opsi:
   - Untuk mengunduh data peta satelit gratis tanpa langganan, pilih **Tambah Citra Satelit**.
   - Untuk mengunduh peta premium dan mengaktifkan langganan Outdoor Maps+ untuk navigator Anda, pilih **Periksa Langganan**. **CATATAN:** Kunjungi *Garmin.com/outdoormaps* untuk informasi membeli langganan.
4. Tekan **OK**, dan pilih **Informasi Lapisan** untuk melihat detail tentang lapisan peta (opsional).
5. Dari peta, lengkapi satu atau beberapa tindakan di bawah:
   - Untuk menampilkan area yang berbeda pada peta, tekan ▲, ▼, ◄, atau ►.
   - Untuk memperbesar dan memperkecil peta, tekan ✚ dan ▬.
6. Pilih **Pilih Area** > **Unduh**.

   Perkiraan ukuran unduhan muncul di peta. Anda harus memastikan navigator Anda memiliki ruang penyimpanan yang cukup untuk peta.
7. Pilih **Nama** untuk mengedit nama peta yang diunduh (opsional).
8. Tekan **MENU**.
9. Pilih **Konfigurasi Peta**.
10. Pilih tombol toggle untuk mengaktifkan atau menonaktifkan lapisan peta.

Mengaktifkan Peta

Anda dapat mengaktifkan peta yang diinstal di perangkat.

1. Pilih **Manajer Peta** > **Outdoor Maps+** > **MENU** > **Konfigurasi Peta**.
2. Pilih tombol toggle untuk mengaktifkan setiap peta yang diinstal.
3. Pilih nama peta untuk mengubah tingkat kecerahan raster (opsional).

Menghapus Peta

Anda juga dapat menghapus peta untuk menambah kapasitas penyimpanan peta pada perangkat.

1. Pilih **Manajer Peta** > **Outdoor Maps+**.
2. Pilih peta.
3. Pilih **MENU** > **Hapus**.

Memilih Profil

Ketika Anda mengubah aktivitas, Anda dapat mengubah pengaturan perangkat dengan mengubah profilnya.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Ubah Profil**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Pilih profil.

Mengatur Alarm Kedekatan

Alarm kedekatan akan memberi peringatan saat Anda berada dalam jangkauan tertentu dari lokasi yang telah ditentukan.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Alarm Kedekatan** > **Buat Alarm**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Pilih kategori.
4. Pilih lokasi.
5. Pilih **Gunakan**.
6. Masukkan radius.

Setelah memasukkan area dengan alarm kedekatan, perangkat akan mengeluarkan bunyi.

Mengedit atau Menghapus Alarm Kedekatan

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Alarm Kedekatan**.
3. Pilih alarm.
4. Pilih opsi:
   - Untuk mengedit radius, pilih **Ubah Radius**.
   - Untuk melihat alarm pada peta, pilih **Lihat Peta**.
   - Untuk menghapus alarm, pilih **Hapus**.

Halaman Satelit

Halaman satelit memperlihatkan lokasi Anda saat ini, akurasi GPS, lokasi satelit, dan kekuatan sinyal.

Anda dapat memilih ◄ atau ► untuk melihat konstelasi satelit tambahan saat sedang diaktifkan.

Pengaturan Satelit GPS

Tekan **MENU** dua kali untuk kembali ke menu utama. Pilih **Satelit**. Tekan **MENU**.

Gunakan dg GPS Nyala: Memungkinkan Anda untuk menyalakan GPS.

Track Atas: Menunjukkan apakah satelit menampilkan cincin yang diarahkan dengan bagian utara menghadap bagian atas layar atau track Anda saat ini menghadap ke bagian atas layar.

Satu Warna: Memungkinkan Anda menentukan apakah halaman satelit ditampilkan dalam format beberapa warna atau satu warna.

Atur Lokasi pada Peta: Memungkinkan untuk menandai lokasi Anda saat ini pada peta. Anda dapat menggunakan lokasi ini untuk membuat rute atau mencari lokasi-lokasi yang disimpan.

Posisi AutoLocate: Menghitung posisi GPS Anda menggunakan fitur Garmin AutoLocate.

Pengaturan Satelit: Mengatur opsi sistem satelit (*Pengaturan Satelit, halaman 21*).

Mengirim dan Menerima Data Secara Nirkabel

Sebelum dapat membagi data secara nirkabel, Anda harus berada dalam jarak 3 m dari perangkat Garmin yang kompatibel.

Navigator Anda dapat mengirim dan menerima data secara nirkabel saat terhubung dengan perangkat Garmin yang kompatibel menggunakan teknologi ANT+. Anda dapat membagikan waypoint, geocache, rute, track, dan lainnya.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Berbagi Nirkabel**.
3. Pilih opsi:
   - Pilih **Kirim**, lalu pilih jenis data.
   - Pilih **Terima** untuk menerima data dari perangkat lain. Perangkat lain yang kompatibel juga harus sedang mengirim data.
4. Ikuti petunjuk pada layar.

Menggunakan Remote VIRB

Sebelum Anda dapat menggunakan fungsi remote VIRB, Anda harus mengaktifkan pengaturan remote pada kamera VIRB Anda. Lihat panduan pengguna VIRB Series untuk informasi lebih lanjut.

Dengan fungsi remote VIRB, Anda dapat mengontrol kamera aksi VIRB menggunakan navigator Anda.

1. Nyalakan kamera VIRB.
2. Pada navigator GPSMAP 67 Anda, pilih **Remote VIRB**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Tunggu sementara navigator terhubung ke kamera VIRB Anda.
4. Pilih opsi:
   - Untuk merekam video, pilih .
   - Untuk mengambil foto, pilih .

Menggunakan Remote inReach

Fungsi remote inReach memungkinkan Anda mengontrol komunikator satelit inReach yang kompatibel menggunakan navigator GPSMAP 67 Anda.

1. Nyalakan komunikator satelit inReach.
2. Pada navigator GPSMAP 67 Anda, pilih **Remote inReach**.

   CATATAN: Anda perlu menambahkan aplikasi ini ke menu utama sebelum Anda dapat memilihnya (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).
3. Jika perlu, pilih **Hubungkan inReach Baru**.

4. Tunggu sementara navigator GPSMAP 67 terhubung ke komunikator satelit inReach Anda.
5. Pilih opsi:
   - Untuk mengirim pesan prasetel, pilih **Kirim Prasetel**, dan pilih pesan dari daftar.
   - Untuk mengirim pesan teks, pilih **Pesan Baru**, pilih kontak pesan, dan masukkan pesan teks atau pilih opsi teks cepat.
   - Untuk mengirim pesan SOS, gunakan tombol panah untuk menelusuri tab, dan pilih **SOS** > **Ya**. **CATATAN:** Gunakan fungsi SOS hanya pada saat situasi darurat.
   - Untuk melihat timer dan jarak yang ditempuh, gunakan tombol panah untuk menelusuri tab, dan pilih ⌖.

Menyesuaikan Perangkat

Menyesuaikan Kolom Data

Anda dapat menyesuaikan kolom data yang ditampilkan di tiap halaman utama.

1. Buka halaman yang hendak Anda ubah kolom datanya.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Ubah Kolom Data**.
4. Pilih kolom data.
5. Ikuti petunjuk pada layar.

Menu Setup

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup**.

Sistem: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan sistem (*Pengaturan Sistem, halaman 20*).

Tampilan: Menyesuaikan pengaturan lampu latar dan tampilan (*Pengaturan Tampilan, halaman 21*).

Bluetooth: Menghubungkan navigator Anda dengan smartphone, dan memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan Bluetooth (*Pengaturan Bluetooth, halaman 21*).

Wi-Fi: Memungkinkan Anda untuk menghubungkan jaringan nirkabel (*Pengaturan Wi-Fi, halaman 21*).

Peta: Mengatur tampilan peta (*Pengaturan Peta, halaman 3*).

Perekaman: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan perekaman aktivitas (*Pengaturan Perekaman, halaman 9*).

Perutean: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan bagaimana perangkat menghitung rute untuk tiap aktivitas (*Pengaturan Perutean, halaman 21*).

Mode Ekspedisi: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan untuk menyalakan mode ekspedisi (*Menyalakan Mode Ekspedisi, halaman 22*).

Waypoint: Memungkinkan Anda memasukkan prefiks custom untuk menamai waypoint secara otomatis.

Nada: Mengatur bunyi perangkat, seperti nada tombol dan peringatan (*Mengatur Nada Perangkat, halaman 22*).

Arah Tempuh: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan arah kompas (*Pengaturan Arah Tempuh, halaman 4*).

Altimeter: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan altimeter (*Pengaturan Altimeter, halaman 5*).

Geocaching: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan pengaturan geocache (*Pengaturan Geocaching, halaman 22*).

Sensor: Menghubungkan sensor nirkabel dengan navigator Anda (*Menghubungkan Sensor Nirkabel Anda, halaman 22*).

Kebugaran: Memungkinkan Anda menyesuaikan pengaturan untuk perekaman aktivitas kebugaran (*Pengaturan Kebugaran, halaman 22*).

Marine: Mengatur tampilan data marine dalam peta (*Pengaturan Marine, halaman 22*).

Menu: Memungkinkan Anda menyesuaikan urutan halaman dan menu utama (*Pengaturan Menu, halaman 23*).

Format Posisi: Mengatur format posisi geografis dan opsi datum (*Pengaturan Format Posisi, halaman 23*).

Satuan: Mengatur satuan ukur yang digunakan pada perangkat (*Mengubah Satuan Ukur, halaman 24*).

Waktu: Menyesuaikan pengaturan waktu (*Pengaturan Waktu, halaman 24*).

Profil: Memungkinkan Anda untuk menyesuaikan dan membuat profil aktivitas baru (*Profil, halaman 24*).

Reset: Memungkinkan Anda untuk mereset data dan pengaturan pengguna (*Mereset Data dan Pengaturan, halaman 24*).

Tentang: Menampilkan informasi perangkat, seperti ID unit, versi perangkat lunak, informasi peraturan, dan perjanjian lisensi (*Melihat Informasi Peraturan dan Kepatuhan E-label, halaman 27*).

Pengaturan Sistem

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Sistem**.

Satelit: Mengatur opsi sistem satelit (*Pengaturan Satelit, halaman 21*).

Bahasa Teks: Mengatur bahasa teks pada perangkat.

CATATAN: Mengubah bahasa teks tidak akan mengubah bahasa data peta maupun data yang dientri pengguna, seperti nama jalan.

USB Mode: Mengatur perangkat untuk menggunakan MTP (media transfer protocol) atau mode Garmin saat terhubung ke komputer.

Pengaturan Satelit

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Sistem** > **Satelit**.

Sistem Satelit: Mengatur sistem satelit ke GPS saja, beberapa sistem satelit, atau Mode Demo (GPS mati).

Multi-Band: Mengaktifkan penggunaan sistem multi-band pada perangkat GPSMAP 67.

CATATAN: Sistem multi-band menggunakan beberapa band frekuensi dan memungkinkan pencatatan track yang lebih konsisten dan pemosisian yang lebih baik saat menggunakan perangkat dalam lingkungan yang menantang.

Pengaturan Tampilan

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Tampilan**.

Timeout Lampu Latar: Mengatur durasi waktu sebelum lampu latar mati.

Layar Selalu Nyala: Menghemat daya baterai dan memperpanjang masa pakai baterai dengan mematikan layar saat lampu latar mati (*Mematikan Layar, halaman 21*).

Tampilan: Mengubah rupa latar belakang tampilan dan sorotan pemilihan (*Mengubah Mode Warna, halaman 21*).

Ambil Gambar: Memungkinkan Anda untuk menyimpan gambar pada layar perangkat.

Ulas Ukuran Teks: Mengubah ukuran teks pada layar.

Mematikan Layar

Untuk menghemat daya baterai dan memperpanjang masa pakai baterai, Anda bisa mematikan layar secara otomatis saat lampu latar mati.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Tampilan** > **Layar Selalu Nyala** > **Nonaktif** .

Anda dapat menekan ⏻ untuk menyalakan layar.

Mengubah Mode Warna

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Tampilan** > **Tampilan**.
3. Pilih opsi:
   - Memungkinkan perangkat untuk menampilkan warna siang atau malam secara otomatis berdasarkan waktu hari ini, pilih **Mode** > **Otomatis**.
   - Untuk menggunakan latar belakang terang, pilih **Mode** > **Siang**.
   - Untuk menggunakan latar belakang gelap, pilih **Mode** > **Malam**.
   - Untuk menyesuaikan skema warna siang hari, pilih **Warna Siang**.
   - Untuk menyesuaikan skema warna malam hari, pilih **Warna Malam**.

Pengaturan Bluetooth

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Bluetooth**.

Status: Mengaktifkan pengaturan nirkabel Bluetooth, dan menampilkan status koneksi saat ini.

Notifikasi: Menampilkan atau menyembunyikan notifikasi ponsel.

Lupakan Telepon: Menghapus ponsel terhubung dari daftar ponsel yang dihubungkan. Opsi ini hanya tersedia setelah ponsel dihubungkan.

Pengaturan Wi-Fi

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Wi-Fi**.

Wi-Fi: Mengaktifkan jaringan internet nirkabel.

Tambah Jaringan: Memungkinkan Anda untuk memindai dan menghubungkan jaringan internet nirkabel.

Pengaturan Perutean

Pengaturan perutean yang ada bervariasi mengikuti apakah Perutean Langsung aktif atau tidak.

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Perutean**.

Perutean Langsung: Mengaktifkan atau mematikan perutean langsung. Perutean langsung menghitung rute paling langsung yang memungkinkan menuju destinasi.

Aktivitas: Mengatur sebuah aktivitas saat perutean berlangsung. Navigator menghitung rute optimal untuk jenis aktivitas yang Anda lakukan.

Kunci Pada Jalan: Mengunci segitiga biru (simbol yang mewakili posisi Anda pada peta) di atas jalan terdekat. Opsi ini sangat berguna ketika sedang menyetir atau melakukan navigasi di jalan.

Navigasi Jalur: Mengatur metode yang dipakai untuk menghitung jalur dan rute. Opsi Jalur Langsung dipakai untuk navigasi titik ke titik tanpa rekalkulasi. Opsi Jalan & Trail mengatur jalur untuk mengikuti data peta, dengan rekalkulasi seperlunya.

Transisi Rute: Mengatur bagaimana rute navigator dari satu titik pada rute ke titik berikutnya. Pengaturan ini hanya tersedia untuk aktivitas tertentu. Opsi Jarak merutekan ke titik berikutnya pada rute ketika Anda berada dalam jarak tertentu dari titik Anda saat ini.

Pengaturan Lanjutan: Memungkinkan Anda menyesuaikan pengaturan perutean tambahan (*Pengaturan Perutean Lanjutan, halaman 21*).

Pengaturan Perutean Lanjutan

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Perutean** > **Pengaturan Lanjutan**.

Metode Hitung: Mengatur metode yang digunakan untuk menghitung rute Anda.

Kalkulasi Ulang di Luar Rute: Mengatur preferensi

kalkulasi ulang saat navigasi menjauh dari rute aktif.

Atur Hindaran: Mengatur tipe jalan, medan, dan jenis transportasi yang ingin dihindari saat menavigasi.

Menyalakan Mode Ekspedisi

Anda dapat menggunakan mode ekspedisi untuk memperpanjang masa pakai baterai. Dalam mode ekspedisi, layar akan mati, perangkat masuk ke mode rendah daya, dan perangkat mengambil titik track GPS yang lebih sedikit.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Mode Ekspedisi**.
3. Pilih opsi:
   - Agar perangkat dapat memberitahu Anda untuk menyalakan mode ekspedisi saat Anda mematikan perangkat, pilih **Disarankan**.
   - Untuk menyalakan mode ekspedisi setelah dua menit tidak aktif, pilih **Otomatis**.
   - Untuk tidak menyalakan mode ekspedisi seterusnya, pilih **Tidak Pernah**.

Dalam mode eskpedisi, LED hijau berkedip sesekali.

Mengatur Nada Perangkat

Anda dapat menyesuaikan nada untuk pesan, tombol, peringatan belokan, dan alarm.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Bunyi**.
3. Pilih **Suara**.
4. Pilih opsi:
   - Untuk mengaktifkan nada dan getaran, pilih **Nada & Getaran**.
   - Untuk hanya mengaktifkan nada, pilih **Nada**.
   - Untuk hanya mengaktifkan getaran, pilih **Getaran**.
   - Untuk menonaktifkan nada dan getaran, pilih **Nonaktif**.
5. Pilih **Volume** untuk mengatur volume nada.
6. Pilih nada untuk tiap jenis suara.

Pengaturan Geocaching

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Geocaching**.

Geocaching Live: Memungkinkan Anda menghapus data geocache live dari perangkat Anda dan menghapus registrasi perangkat Anda dari *geocaching.com* (*Menghapus Data Geocache Live dari Perangkat, halaman 18*, *Menghapus Pendaftaran Perangkat Anda dari Geocaching.com, halaman 18*).

Gaya Geocache: Mengatur perangkat untuk menampilkan daftar geocache menggunakan nama atau kode.

Pengaturan chirp: Memungkinkan Anda mengaktifkan pencarian chirp dan memprogram aksesori chirp (*chirp, halaman 18*).

Setup Filter: Memungkinkan Anda untuk membuat dan menyimpan filter custom geocaches (*Menyimpan Filter Geocache Custom, halaman 17*).

Geocache Ditemukan: Memungkinkan Anda mengedit jumlah geocache yang ditemukan. Nomor ini naik secara otomatis saat Anda mencatat penemuan (*Mencatat Upaya di Log, halaman 17*).

Alarm Kedekatan: Memungkinkan Anda untuk mengatur alarm yang akan berbunyi saat Anda berada di jarak tertentu dari suatu geocache.

Menghubungkan Sensor Nirkabel Anda

Sebelum dapat menghubungkan sensor, Anda harus mengenakan monitor denyut jantung atau memasang sensor.

Navigator Anda dapat dihubungkan dengan sensor nirkabel menggunakan teknologi ANT+ atau Bluetooth. Contoh, Anda bisa menghubungkan monitor denyut jantung dengan navigator Anda. Untuk informasi selengkapnya tentang kompatibilitas dan pembelian sensor opsional, kunjungi *Garmin.co.id/buy*.

1. Dekatkan navigator dalam radius 3 m dari sensor.

   CATATAN: Pertahankan jarak 10 m dari sensor lain saat melakukan penghubungan.
2. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
3. Pilih **Setup** > **Sensor**.
4. Pilih jenis sensor Anda.
5. Pilih **Cari Baru**.

   Setelah sensor terhubung dengan perangkat Anda, status sensor berubah dari Mencari ke Terhubung.

Pengaturan Kebugaran

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Kebugaran**.

Auto Lap: Mengatur navigator untuk secara otomatis menandai lap pada jarak tertentu.

Pengguna: Mengatur informasi profil pengguna Anda. Navigator menggunakan informasi ini untuk menghitung akurasi data pelatihan pada Garmin Connect.

Zona HR: Mengatur lima zona denyut jantung dan denyut jantung maksimum Anda untuk aktivitas kebugaran.

Menandai Lap Berdasarkan Jarak

Anda dapat menggunakan fitur Auto Lap untuk secara otomatis menandai lap pada jarak tertentu. Fitur ini berguna untuk membadingkan performa Anda di bagian yang berbeda dari suatu kegiatan.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Kebugaran** > **Auto Lap**.
3. Masukkan nilai, dan pilih **Selesai**.

Pengaturan Marine

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Kelautan**.

Mode Peta Kelautan: Mengatur jenis bagan yang

digunakan perangkat saat menampilkan data kelautan. Nautical (Nautikal) menampilkan ragam fitur peta dalam aneka warna sehingga point of interest (POI) kelautan menjadi lebih mudah terbaca dan petanya mencerminkan skema gambar bagan kertas. Fishing (Mancing, memerlukan peta kelautan) menampilkan tampilan detail kontur bawah dan sekitaran kedalaman dan menyederhanakan sajian peta untuk penggunaan optimal saat memancing.

Tampilan: Mengatur tampilan bantuan navigasi kelautan pada peta.

Atur Alarm Kelautan: Mengatur alarm supaya muncul pada saat jarak penyimpangan yang telah ditentukan terlampaui ketika Anda berada dalam kondisi terjangkar, berada di luar rute pada jarak tertentu, dan memasuki air pada kedalaman tertentu (*Mengatur Alarm Kelautan, halaman 23*).

Filter Kecepatan Laut: Merata-rata kecepatan kapal Anda selama jangka waktu pendek untuk nilai kecepatan yang lebih mulus.

Mengatur Alarm Kelautan

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Kelautan** > **Atur Alarm Kelautan**.
3. Pilih jenis alarm.
4. Masukkan jarak, dan pilih **Selesai**.

Pengaturan Menu

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Menu**.

Gaya Menu: Mengubah penampilan menu utama.

Menu Utama: Memungkinkan Anda untuk memindahkan, menambah, dan menghapus item di menu utama (*Menyesuaikan Menu Utama, halaman 23*).

Urutan Halaman: Memungkinkan Anda untuk memindahkan, menambah, dan menghapus item dalam urutan halaman (*Mengubah Urutan Halaman, halaman 23*).

Setup: Mengubah urutan item dalam menu setup.

Temukan: Mengubah urutan item dalam menu temukan.

Menyesuaikan Menu Utama

Anda dapat memindahkan, menambah, dan menghapus item dalam menu utama.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih opsi:
   - Untuk menambahkan item baru pada akhir daftar, pilih **Tambah Halaman,** pilih kategori, dan pilih opsi.
   - Untuk mengubah penempatan item pada daftar, tekan **MENU**, pilih **Ubah Urutan Item,** pilih item menu, dan pilih **Pindah**.
   - Untuk menambahkan item baru pada daftar sebelum item yang dipilih, tekan **MENU,** pilih **Ubah Urutan item,** pilih item menu, dan pilih **Masukkan**.
   - Untuk menghapus item dari daftar, tekan **MENU,** pilih **Ubah Urutan Item,** pilih item menu, dan pilih **Hapus**.

Mengubah Urutan Halaman

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Menu** > **Urutan Halaman** > **Edit Urutan Halaman**.
3. Pilih halaman.
4. Pilih opsi:
   - Untuk memindahkan halaman ke atas atau ke bawah dalam daftar, pilih **Pindahkan**.
   - Untuk menambah halaman baru pada urutan halaman, pilih **Masukkan**, dan pilih satu kategori.
   - Untuk menghapus halaman dari urutan halaman, pilih **Hapus**.

   TIPS: Anda dapat menekan **PAGE** untuk menampilkan urutan halaman.

Konfigurasi Tampilan Page Ribbon

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Menu** > **Urutan Halaman** > **Tampilan Page Ribbon**.
3. Pilih opsi:
   - Untuk menonaktifkan tampilan page ribbon, pilih **Nonaktif**.
   - Untuk mengatur kecepatan terbukanya halaman setelah dipilih di tampilan page ribbon, pilih **Lambat** atau **Cepat**.

Pengaturan Format Posisi

CATATAN: Anda tidak seharusnya mengubah format posisi atau sistem koordinat datum peta kecuali Anda menggunakan peta atau bagan yang memiliki format posisi yang berbeda.

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Format Posisi**.

Format Posisi: Mengatur format posisi di mana pembacaan lokasi muncul.

Datum Peta: Mengatur sistem koordinat di mana peta disusun.

Spheroid Peta: Menunjukkan sistem koordinat yang digunakan perangkat. Sistem koordinat bawaan adalah WGS 84.

Mengubah Satuan Ukur

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Satuan**.
3. Pilih opsi:
   - Untuk mengubah saturan ukur kecepatan dan jarak, pilih **Kecepatan/Jarak**.
   - Untuk mengubah saturan ukur kecepatan vertikal, pilih **Kecepatan Vertikal**.
   - Untuk mengubah saturan ukur ketinggian, pilih **Elevasi** > **Elevasi**.
   - Untuk mengubah satuan ukur kedalaman, pilih **Elevasi** > **Kedalaman**.
   - Untuk mengubah satuan ukur suhu, pilih **Suhu**.
   - Untuk mengubah satuan ukur tekanan, pilih **Tekanan**.
4. Pilih satuan ukuran.

Pengaturan Waktu

Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama. Pilih **Setup** > **Waktu**.

Format Waktu: Mengatur perangkat untuk menampilkan waktu dalam format 12-jam atau 24-jam.

Zona Waktu: Mengatur zona waktu perangkat. Pilihan Otomatis mengatur zona waktu secara otomatis berdasarkan posisi GPS Anda.

Hemat Siang Hari: Mengatur perangkat untuk menggunakan daylight saving time.

Profil

Profil adalah kumpulan pengaturan yang mengoptimalkan perangkat berdasarkan cara Anda menggunakannya. Misalnya, pengaturan dan tampilan akan berbeda ketika Anda menggunakan perangkat untuk berburu dibandingkan ketika Anda melakukan geocaching.

Ketika Anda menggunakan profil dan mengubah pengaturan, seperti kolom data atau satuan pengukuran maka perubahannya akan disimpan secara otomatis sebagai bagian dari profil.

Membuat Profil Custom

Jika tidak ada satu pun dari profil bawaan yang sesuai dengan kebutuhan aktivitas atau perjalanan Anda, Anda dapat membuat profil custom dengan pengaturan dan kolom data yang unik.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Profil** > **Buat Profil Baru** > **OK**.

   Profil baru ini dibuat dengan nama dan nomor bawaan. Contohnya, Profil 10. Profil baru ini menjadi profil aktif.
3. Pilih profil baru.
4. Pilih opsi:
   - Sesuaikan nama profil default (*Mengedit Nama Profil, halaman 24*).
   - Sesuaikan pengaturan seperlunya (*Menu Setup, halaman 20*).
   - Sesuaikan kolom data jika perlu (*Menyesuaikan Kolom Data, halaman 20*).

Perubahan apa pun yang Anda buat pada pengaturan dan kolom data akan disimpan secara otomatis pada profil yang aktif.

Mengedit Nama Profil

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Profil**.
3. Pilih profil.
4. Pilih **Edit Nama**.
5. Masukkan nama baru.

Menghapus Profil

CATATAN: Anda tidak dapat menghapus profil ketika sedang digunakan.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Profil**.
3. Pilih profil.
4. Pilih **Hapus**.

Mereset Data dan Pengaturan

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup** > **Reset**.
3. Pilih opsi:
   - Untuk mereset data yang spesifik merujuk pada perjalanan, seperti jarak dan rata-rata, pilih **Reset Data Perjalanan**.
   - Untuk menghapus semua waypoint yang disimpan, pilih **Hapus Semua Waypoint**.
   - Untuk menghapus data yang direkam sejak Anda memulai aktivitas Anda saat ini, pilih **Hapus Aktivitas Saat Ini**.
     CATATAN: Perangkat terus merekam data baru untuk aktivitas saat ini.
   - Untuk mereset hanya pengaturan profil aktivitas Anda saat ini ke nilai pengaturan default, pilih **Reset Pengaturan Profil**.
   - Untuk mereset semua pengaturan dan profil perangkat ke nilai pengaturan default, pilih **Reset Semua Pengaturan**.
     CATATAN: Mereset semua pengaturan akan menghapus semua aktivitas geocache dari perangkat Anda. Data pengguna yang disimpan, seperti track dan waypoint, tidak akan dihapus.
   - Untuk menghapus semua data pengguna yang disimpan dan mengatur ulang semua pengaturan pada perangkat ke nilai default pabrik, pilih **Hapus Semua**.
     CATATAN: Menghapus semua pengaturan akan menghapus data pribadi Anda, riwayat, dan data

pengguna yang disimpan, termasuk track dan waypoint.

Mengembalikan Pengaturan Halaman Default

1. Tekan **PAGE** atau **QUIT** untuk menelusuri ke halaman yang pengaturannya akan dikembalikan ke kondisi semula.
2. Tekan **MENU**.
3. Pilih **Kembali Ke Default**.

Informasi Perangkat

Update Produk

Pada komputer Anda, instal Garmin Express (*Garmin.co.id/express*). Pada ponsel Anda, instal aplikasi Garmin Explore.

Penginstalan menyediakan akses mudah ke layanan berikut untuk perangkat Garmin:

- Pembaruan perangkat lunak
- Pembaruan peta
- Pengunggahan data ke Garmin Explore
- Pendaftaran produk

Menyiapkan Garmin Express

1. Hubungkan perangkat ke komputer menggunakan kabel USB.
2. Kunjungi *Garmin.co.id/express*.
3. Ikuti petunjuk pada layar.

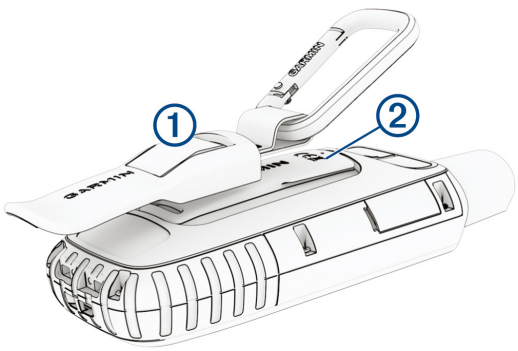
Mendapatkan Informasi Lebih Lanjut

Anda dapat menemukan informasi lebih lanjut tentang produk ini di website Garmin.

- Kunjungi *support.Garmin.com/id-ID* untuk mendapatkan manual, artikel, dan pembaruan perangkat lunak tambahan.
- Kunjungi *Garmin.co.id/buy*, atau hubungi dealer Garmin Anda untuk mendapatkan informasi tentang aksesori opsional dan suku cadang pengganti.

Memasang Jepit Karabiner

1. Posisikan jepit karabiner ① pada slot di punggung perangkat ②.



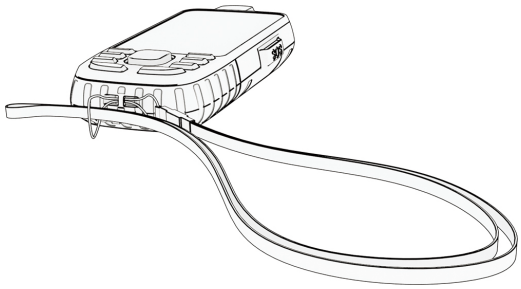
2. Geser jepit karabiner ke atas sampai terkunci di tempat.

Melepas Jepit Karabiner

Angkat bagian dasar jepit karabiner ke atas lalu geser jepit karabiner hingga keluar dari punggung perangkat.

Memasang Lanyard

1. Masukkan lingkaran lanyard melalui slot pada perangkat.



2. Masukkan ujung lain lanyard melalui lingkaran, dan tarik kencang.
3. Jika perlu, pasang lanyard ke pakaian atau ransel Anda untuk menambatkannya selama aktivitas berlangsung.

Perawatan Perangkat

PEMBERITAHUAN

Hindari pembersih berbahan kimia, pelarut, dan pengusir serangga yang dapat merusak lapisan permukaan dan komponen plastik.

Jangan menyimpan perangkat di tempat yang terpapar pada suhu ekstrem dalam jangka waktu yang lama karena bisa menyebabkan kerusakan permanen.

Perangkat ini tahan air sesuai Standar IEC 60529 IPX7. Perangkat bisa menahan perendaman tanpa disengaja dalam 1 meter air selama 30 menit. Perendaman yang berkepanjangan dapat menyebabkan kerusakan pada perangkat. Setelah perendaman, pastikan untuk mengelap perangkat hingga kering dan angin-anginkan sebelum menggunakan atau mengisi daya.

Bilas perangkat dengan air tawar setelah terkena klorin dan air garam.

Membersihkan Perangkat

1. Usap perangkat menggunakan kain yang telah dibasahi sedikit dengan cairan deterjen berkadar lembut.
2. Usap sampai kering.

Manajemen Data

CATATAN: Perangkat tidak mendukung Windows® 95, 98, Me, Windows NT®, dan Mac® OS 10.3 dan versi lebih awal.

Tipe Berkas

Perangkat genggam ini mendukung tipe berkas berikut:

- Berkas dari Garmin Explore.

- Berkas rute GPX, track, dan waypoint.
- Berkas geocache GPS (*Mengunduh Geocache Menggunakan Komputer, halaman 16*).
- Berkas foto JPEG.
- Berkas Point of Interest (POI) custom GPI dari Garmin POI Loader. Kunjungi *Garmin.com/products/poiloader*.
- Berkas FIT untuk memindahkan ke Garmin Connect.

Memasang Kartu Memori

Anda dapat memasang kartu memori microSD (hingga 32 GB) sebagai sarana penyimpanan tambahan atau untuk menyimpan peta bawaan.

1. Angkat penutup karet pada sisi perangkat ①.

2. Masukkan kartu memori dengan kontak warna emas menghadap ke bagian depan perangkat.

Menghubungkan Perangkat ke Komputer

PEMBERITAHUAN

Untuk mencegah korosi, pastikan port mini-USB, penutup karet, dan area sekitarnya benar-benar kering sebelum mengisi baterai atau menghubungkan perangkat ke komputer.

1. Tarik penutup karet ke atas dari rongga USB.
2. Colokkan ujung kecil kabel USB ke rongga USB perangkat.
3. Colokkan ujung besar kabel USB ke rongga USB komputer.

   Perangkat dan kartu memori (opsional) Anda muncul sebagai drive lepasan di My Computer pada komputer Windows dan sebagai volume yang telah ditunggangkan (siap pakai) pada komputer Mac.

Memindahkan Berkas ke Perangkat Anda

1. Hubungkan perangkat ke komputer.

   Pada komputer Windows®, perangkat akan muncul sebagai drive lepasan atau perangkat portabel, sedangkan kartu memori akan muncul sebagai drive lepasan kedua. Pada komputer Mac®, perangkat dan kartu memori akan muncul sebagai volume yang telah ditunggangkan (siap pakai).

   CATATAN: Sejumlah komputer dengan beberapa drive jaringan mungkin tidak dapat menampilkan drive perangkat dengan benar. Lihat panduan sistem operasi Anda untuk mempelajari cara memetakan drive.
2. Buka penelusur berkas pada komputer Anda.
3. Pilih berkas.
4. Pilih **Edit** > **Salin**.
5. Buka perangkat portabel, drive atau volume untuk perangkat, atau kartu memori.
6. Telusuri folder.
7. Pilih **Edit** > **Tempel**.

   Berkas akan muncul dalam daftar berkas pada memori perangkat atau pada kartu memori.

Menghapus Berkas

PEMBERITAHUAN

Jika Anda tidak tahu kegunaan suatu berkas, jangan menghapusnya. Memori perangkat Anda berisi berkas-berkas sistem penting yang tidak boleh dihapus.

1. Buka drive atau volume **Garmin**.
2. Jika perlu, buka folder atau volume.
3. Pilih berkas.
4. Tekan tombol **Delete** pada keyboard Anda.

   CATATAN: Jika Anda menggunakan komputer Apple, Anda harus mengosongkan folder Sampah untuk menghapus file.

Melepas Kabel USB

Jika perangkat Anda terhubung ke komputer Anda sebagai removable drive atau volume, Anda harus lepaskan perangkat dari komputer secara aman untuk menghindari kehilangan data. Jika perangkat terhubung ke komputer Windows sebagai perangkat portabel, hal ini tidak perlu dilakukan.

1. Lakukan tindakan berikut:
   - Untuk komputer Windows, pilih ikon **Safely Remove Hardware** pada baki sistem, lalu pilih perangkat Anda.
   - Untuk komputer Apple, pilih perangkat, lalu pilih **File** > **Eject**.
2. Lepaskan kabel dari komputer Anda.

Spesifikasi

PEMBERITAHUAN

Masa pakai baterai yang tertera berdasarkan hasil uji laboratorium Garmin. Masa pakai baterai yang sebenarnya tergantung pada fitur yang diaktifkan di perangkat Anda dan faktor lingkungan.

Jenis baterai	Dapat diisi ulang, baterai lithium-ion terintegrasi
Masa pakai baterai	Hingga 180 jam dalam mode GPS Hingga 840 jam dalam mode ekspedisi
Ketahanan air	IEC 60529 IPX7[4]

Rentang suhu pengoperasian	-20 - 60°C (-4° - 140°F)
Rentang suhu pengisian	0° - 45°C (32° - 113°F)
Jarak aman kompas	17.5 cm (7 in.)

[4]Perangkat dapat tahan air sedalam 1 m selama 30 menit. Untuk informasi selengkapnya, kunjungi *Garmin.co.id/legal/waterrating*.

Melihat Informasi Peraturan dan Kepatuhan E-label

Label untuk perangkat ini disediakan secara elektronik. E-label dapat memberikan informasi peraturan, seperti nomor identifikasi yang disediakan oleh FCC atau tanda kepatuhan regional, serta informasi produk dan perizinan yang berlaku.

1. Tekan **MENU** dua kali untuk membuka menu utama.
2. Pilih **Setup**.
3. Pilih **Tentang**.

Apendiks

Kolom Data

Sejumlah kolom data akan meminta Anda untuk melakukan navigasi atau memerlukan aksesori nirkabel untuk dapat menampilkan data.

Suhu Maks. 24 jam: Suhu maksimum yang tercatat dalam 24 jam terakhir dari sensor suhu kompatibel.

Suhu Min. 24 jam: Suhu minimum yang tercatat dalam 24 jam terakhir dari sensor suhu kompatibel.

Akurasi GPS: Margin kesalahan lokasi pasti Anda. Misalnya, lokasi GPS Anda akurat hingga jarak +/- 3,65 m.

Jarak Aktivitas: Jarak yang telah ditempuh dalam track atau aktivitas saat ini.

Timer Alarm: Waktu saat ini pada timer hitung mundur.

Tekanan Sekitar: Tekanan lingkuran yang belum terkalibrasi.

Pendakian - Rata2: Rata-rata jarak pendakian vertikal sejak reset terakhir.

Pendakian - Maksimum: Tingkat pendakian maksimum dalam kaki per menit atau meter per menit sejak reset terakhir.

Pendakian - Total: Total jarak ketinggian yang didaki selama aktivitas atau sejak reset terakhir.

Automotive Turn: Arah belokan selanjutnya pada rute. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Rata2 Cadence: Bersepeda. Rata-rata cadence untuk aktivitas saat ini.

Rata2 HR% Maks.: Rata-rata persentase dari denyut jantung maksimum untuk aktivitas saat ini.

Rata2 Lap: Rata-rata waktu lap untuk aktivitas saat ini.

Rata2 HR: Rata-rata denyut jantung untuk aktivitas saat ini.

Barometer: Tekanan saat ini yang dikalibrasi.

Tingkat Baterai: Daya baterai yang tersisa.

Arah Tujuan: Arah dari lokasi Anda saat ini ke tujuan. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Cadence: Bersepeda. Jumlah revolusi yang terjadi di lengan engkol sepeda. Perangkat Anda harus terhubung dengan aksesoris cadence untuk menampilkan data ini.

Kalori: Total jumlah kalori yang terbakar.

Arah Kompas: Arah yang Anda tuju berdasarkan kompas.

Jalur: Arah dari lokasi awal ke tujuan. Jalur dapat dilihat sebagai rute yang sudah terencana atau ditetapkan. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Lap Saat Ini: Waktu stopwatch untuk lap saat ini.

Tanggal: Hari, bulan, dan tahun sekarang.

Kedalaman: Kedalaman air. Perangkat Anda harus dihubungkan ke perangkat NMEA® 0183 yang mampu memperoleh angka kedalaman air.

Penurunan - Rata2: Rata-rata jarak vertikal penurunan sejak reset terakhir.

Penurunan - Maksimum: Tingkat penurunan maksimum dalam meter per menit atau kaki per menit sejak reset terakhir.

Penurunan - Total: Total elevasi jarak turun selama aktivitas sejak reset terakhir.

Jarak ke Tuj.: Sisa jarak ke tujuan akhir. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Jarak ke Berikutnya: Jarak yang tersisa ke waypoint berikutnya pada rute. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Waktu Aktivitas Terlewati: Total waktu direkam. Misalnya, jika Anda mulai timer dan berjalan selama 10 menit, kemudian menghentikan timer selama 5 menit, kemudian mulai timer dan berjalan selama 20 menit, waktu Anda yang terlewati adalah 35 menit.

Elevasi: Ketinggian lokasi Anda saat ini di atas atau di bawah permukaan laut.

Ketinggian Di Atas Permukaan Tanah: Ketinggian lokasi Anda saat ini di atas permukaan tanah.

Ketinggian - Maksimum: Ketinggian maksimal yang dicapai sejak pengaturan ulang terakhir.

Ketinggian - Minimum: Ketinggian minimum yang dicapai sejak pengaturan ulang terakhir.

ETA di Tujuan: Perkiraan waktu ketika Anda mencapai tujuan akhir (disesuaikan dengan waktu setempat di tempat tujuan). Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

ETA ke Berikutnya: Perkiraan waktu pada hari ketika Anda sampai di waypoint berikutnya pada rute

(disesuaikan dengan waktu waypoint setempat). Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Rasio Luncur: Rasio jarak horizontal yang ditempuh terhadap perubahan dalam jarak vertikal.

Rasio Luncur ke Tujuan: Rasio luncur yang diperlukan untuk turun dari posisi Anda saat ini ke ketinggian tujuan. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Elevasi GPS: Ketinggian lokasi Anda saat ini menggunakan GPS.

Arah GPS: Arah yang Anda tuju berdasarkan GPS.

Kekuatan Sinyal GPS: Kekuatan sinyal satelit GPS.

Kemiringan: Perhitungan kenaikan (elevasi) terhadap jarak. Misalnya, jika untuk setiap kenaikan 3 m, Anda menempuh jarak 60 m, kemiringan Anda adalah 5%.

Haluan: Arah bergerak Anda.

Denyut Jantung: Menampilkan denyut jantung Anda dalam denyut per menit (BPM). Perangkat Anda harus terhubung ke monitor denyut denyut jantung kompatibel.

Denyut Jantung - %Maks.: Persentase denyut jantung maksimum.

Zona Denyut Jantung: Zona performa tingkat denyut jantung Anda saat ini (1 sampai 5). Zona default berdasarkan profil pengguna dan denyut jantung maksimum (220 dikurangi umur Anda).

Pendakian Lap: Jarak vertikal pendakian untuk lap saat ini.

Cadence Lap: Bersepeda. Rata-rata cadence untuk lap saat ini.

Penurunan Lap: Jarak vertikal penurunan untuk lap saat ini.

Jarak Lap: Jarak yang telah ditempuh untuk lap saat ini.

Persentase Denyut Jantung Lap: Rata-rata persentase denyut jantung maksimum untuk lap saat ini.

HR Lap: Rata-rata denyut jantung untuk lap saat ini.

Lap: Jumlah lap yang diselesaikan untuk aktivitas saat ini.

Kecepatan Lap: Rata-rata kecepatan untuk lap saat ini.

Pendakian Lap Terakhir: Jarak vertikal pendakian untuk lap yang selesai terakhir.

Cadence Lap Terakhir: Bersepeda. Rata-rata cadence untuk lap yang selesai terakhir.

Penurunan Lap Terakhir: Jarak vertikal penurunan untuk lap yang selesai terakhir.

Jarak Lap Terakhir: Jarak yang ditempuh untuk lap yang selesai terakhir.

HR Lap Terakhir: Rata-rata denyut jantung untuk lap yang selesai terakhir.

Kecepatan Lap Terakhir: Rata-rata kecepatan untuk lap yang selesai terakhir.

Waktu Lap Terakhir: Waktu stopwatch untuk lap yang selesai terakhir.

Lokasi (lat/lon): Posisi saat ini dalam garis lintang dan garis bujur terlepas pengaturan format posisi yang dipilih.

Lokasi (dipilih): Posisi saat ini menggunakan pengaturan format posisi yang dipilih.

Lokasi Tujuan: Posisi tujuan akhir Anda. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Tidak Ada: Merupakan kolom data kosong.

Odometer: Perhitungan jarak yang ditempuh untuk semua perjalanan. Jumlah ini tidak terhapus saat mereset data perjalanan.

Keluar Jalur: Jarak melenceng ke kiri atau ke kanan dari jalur asli perjalanan. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Pointer: Anak panah yang menunjuk ke arah belokan atau waypoint berikutnya. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Kecepatan: Tingkat kecepatan perjalanan.

Batas Kecepatan: Batas kecepatan yang dilaporkan di jalan. Tidak tersedia di semua peta dan semua area. Andalkan selalu rambu jalan yang terpampang untuk batas kecepatan yang sesungguhnya.

Kecepatan - Maksimum: Kecepatan tertinggi yang dicapai sejak reset terakhir.

Kecepatan - Rata2 Bergerak: Rata-rata kecepatan selama bergerak sejak reset terakhir.

Kecepatan - Rata2 Keseluruhan: Rata-rata kecepatan selama bergerak dan berhenti sejak reset terakhir.

Timer Stopwatch: Waktu stopwatch untuk aktivitas saat ini.

Matahari Terbit: Waktu matahari terbit berdasarkan posisi GPS Anda.

Matahari Terbit/Terbenam: Menunjukkan waktu matahari terbit atau terbenam berikutnya berdasarkan posisi GPS Anda.

Matahari Terbenam: Waktu matahari terbenam berdasarkan posisi GPS Anda.

Suhu: Suhu udara. Suhu tubuh Anda mempengaruhi sensor suhu. Perangkat Anda harus dihubungkan ke sensor suhu nirkabel supaya datanya dapat muncul.

Suhu - Air: Suhu air. Perangkat Anda harus dihubungkan ke perangkat NMEA 0183 yang mampu menangkap angka suhu air.

Waktu Saat Ini: Waktu berdasarkan lokasi Anda saat ini dan pengaturan waktu (format, zona waktu, daylight saving time).

Waktu ke Tujuan: Perkiraan waktu yang tersisa sebelum Anda mencapai tujuan. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Waktu Berikutnya: Perkiraan waktu yang tersisa sebelum Anda mencapai waypoint berikutnya

dalam rute. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Menuju Jalur: Arah ke mana Anda harus bergerak untuk kembali ke rute. Anda harus melakukan navigasi supaya data ini muncul.

Total Lap: Waktu stopwatch untuk semua lap yang telah diselesaikan.

Odometer Perjalanan: Menghitung jarak yang ditempuh sejak reset terakhir.

Waktu Perjalanan: Menghitung total waktu yang dihabiskan saat bergerak dan berhenti sejak reset terakhir.

Waktu Perjalanan - Bergerak: Menghitung waktu yang dihabiskan saat bergerak sejak reset terakhir.

Waktu Perjalanan - Berhenti: Menghitung waktu yang dihabiskan saat berhenti sejak reset terakhir.

Belokan: Sudut perbedaan (dalam derajat) antara arah tuju ke tujuan dan rute Anda saat ini. L (Kiri) artinya belok kiri. R (Kanan) artinya belok kanan. Anda harus melakukan navigasi supaya data ini muncul.

Velocity Made Good: Kecepatan dimana Anda mendekati tujuan di sepanjang rute. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Jarak Vertikal ke Tujuan: Jarak ketinggian antara posisi Anda saat ini dan tujuan akhir. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Jarak Vertikal ke Berikutnya: Jarak ketinggian antara posisi Anda saat ini dengan waypoint berikutnya dalam rute. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Kecepatan Vertikal: Tingkat pendakian atau penurunan dari waktu ke waktu.

Kecepatan Vertikal ke Tujuan: Tingkat pendakian atau penurunan ke ketinggian yang telah ditentukan sebelumnya. Anda harus melakukan navigasi agar data ini muncul.

Waypoint di Tujuan: Titik terakhir pada rute ke tujuan. Anda harus melakukan navigasi supaya data ini muncul.

Waypoint Berikutnya: Waypoint berikutnya pada rute. Anda harus melakukan navigasi supaya data ini muncul.

Aksesori Opsional

Aksesori opsional seperti dudukan perangkat, peta, aksesori kebugaran, dan komponen pengganti, tersedia di *Garmin.co.id/buy* atau dari agen penjual Garmin.

tempe

Perangkat Anda kompatibel dengan sensor suhu tempe. Anda dapat memasang sensor ke tali atau lingkaran pengaman di mana ia dapat terpapar udara sekitar, sehingga mampu menyediakan sumber data suhu yang konsisten dan akurat. Anda harus menghubungkan tempe dengan perangkat Anda untuk menampilkan data suhu dari tempe. Lihat instruksi untuk sensor tempe Anda untuk informasi lebih lanjut.

Tips untuk Menghubungkan Sensor Nirkabel

- Verifikasi apakah sensor kompatibel dengan perangkat Garmin Anda.
- Sebelum menghubungkan sensor dengan perangkat Garmin Anda, jauhkan 10 m dari sensor ANT+ lain.
- Dekatkan perangkat Garmin dalam radius 3 m dari sensor.
- Setelah menghubungkan pertama kali, perangkat Garmin Anda secara otomatis mengenali sensor setiap kali diaktifkan.

  Proses ini akan berlangsung otomatis saat perangkat Garmin dinyalakan dan hanya perlu beberapa detik setelah sensor diaktifkan dan berfungsi dengan benar.
- Setelah dihubungkan, perangkat Garmin Anda akan menerima data dari sensor Anda saja, dan Anda dapat mendekati sensor lain.

Pemecahan Masalah

Memaksimalkan Masa Pakai Baterai

Anda dapat melakukan beberapa hal untuk memperpanjang umur baterai.

- Kurangi kecerahan lampu latar (*Menyesuaikan Lampu Latar, halaman 2*).
- Kurangi timeout lampu latar (*Pengaturan Tampilan, halaman 21*).
- Kurangi kecerahan atau frekuensi lampu senter (*Menggunakan Lampu Senter, halaman 16*).
- Matikan layar secara otomatis saat batas waktu lampu latar habis (*Mematikan Layar, halaman 21*).
- Gunakan mode ekspedisi (*Menyalakan Mode Ekspedisi, halaman 22*).
- Matikan sambungan nirkabel (*Pengaturan Wi-Fi, halaman 21*).
- Matikan Bluetooth (*Pengaturan Bluetooth, halaman 21*).
- Matikan sistem satelit tambahan (*GPS dan Sistem Satelit Lainnya, halaman 2*).

Penyimpanan Jangka Panjang

Bila Anda tidak berencana untuk menggunakan perangkat selama beberapa bulan, Anda harus mengisi daya baterai sekitar 50% sebelum Anda menyimpan perangkat. Anda harus menyimpan perangkat di tempat sejuk dan kering dengan suhu ruangan pada umumnya. Setelah penyimpanan, Anda harus mengisi ulang perangkat hingga penuh sebelum menggunakannya.

Memulai Ulang Perangkat

Jika perangkat berhenti merespons, Anda harus menyalakan ulang perangkat. Tindakan ini tidak akan menghapus data atau pengaturan apapun.

Tahan tombol daya selama sekitar 30 detik.

Tentang Zona Denyut Jantung

Banyak atlet menggunakan zona denyut jantung untuk mengukur dan meningkatkan kekuatan kardiovaskular dan meningkatkan tingkat kebugaran mereka. Zona denyut jantung adalah sekumpulan rentang denyut jantung per menit. Lima zona denyut jantung yang diakui secara umum diberi nomor dari 1 sampai 5 sesuai dengan peningkatan intensitas. Secara umum, zona denyut jantung dihitung berdasarkan persentase denyut jantung maksimum Anda.

Target Kebugaran

Mengetahui zona denyut jantung Anda dapat membantu Anda dalam mengukur dan meningkatkan kebugaran Anda dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip ini.

- Denyut jantung Anda adalah ukuran paling baik untuk mengukur intensitas latihan Anda.
- Latihan dengan zona denyut jantung tertentu dapat membantu Anda meningkatkan kapasitas dan kekuatan kardiovaskular.

Jika Anda tahu denyut jantung maksimum Anda, Anda dapat menggunakan tabel (*Perhitungan Zona Denyut Jantung, halaman 30*) untuk menentukan zona denyut jantung terbaik untuk kebugaran Anda.

Jika Anda tidak tahu denyut jantung maksimum Anda, gunakan salah satu kalkulator yang tersedia di internet. Beberapa pusat kebugaran dan pusat kesehatan dapat memberikan tes yang mengukur denyut jantung maksimum. Denyut jantung maksimum yang standar adalah 220 dikurangi usia Anda.

Perhitungan Zona Denyut Jantung

Zona	% Denyut Jantung Maksimum	Persepsi Aktivitas	Manfaat
1	50–60%	Santai, langkah mudah, pernapasan berirama	Tingkat-awal pelatihan aerobik, mengurangi stres
2	60–70%	Kecepatan nyaman, bernapas sedikit lebih dalam, memungkinkan melakukan percakapan	Pelatihan kardiovaskular dasar, pemulihan kecepatan yang baik
3	70–80%	Kecepatan sedang, lebih sulit untuk melakukan percakapan	Peningkatan kapasitas aerobik, latihan kardiovaskular optimal
4	80–90%	Langkah cepat dan sedikit tidak nyaman, bernapas kuat	Peningkatan kapasitas anaerobik dan ambang batas, peningkatan kecepatan
5	90–100%	Kecepatan sprint, tidak berkelanjutan untuk jangka waktu yang panjang, sesak napas	Anaerobik dan daya tahan otot, peningkatan daya

July 2023